



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 174 ясли
 Меню дневного рациона
 на 29.07.2021

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Т.Н. Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

Документов № 5

МБДОУ
 Детский сад № 174
 г. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5/15/30	Бутерброд с сыром и маслом сливочным <i>Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Сыр, Батон КШП</i>	ккал-163, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-15	
150/5	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным на цельном молоке <i>Крупа пшени, Молоко 3,2 % пастер, 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п, Соль поваренная пищевая, Сахар, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-222, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	
180	Напиток кофейный с молоком <i>Кофейный напиток 100 г, Вода питьевая, Сахар, Молоко 3,2 % пастер, 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п</i>	ккал-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
Обед			
25	Огурец свежий порционный	ккал-3	
150/5/1	Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом <i>Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Горошек зеленый консервированный, Мясной бульон, Сметана 15% 0,5 л., Укроп</i>	ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
30/150	Плов из отварной говядины. <i>Говядина п.ф, Крупа рисовая, Масло растительное подсолнечное, Лук репчатый, Морковь свежая, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-294, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-35	
180	Компот из яблок свежих <i>Сахар, Вода питьевая, Яблоки 1 сорт для блюд</i>	ккал-88, Углеводы-21	
30	Хлеб "Сельский"	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
40	Хлеб ржаной	ккал-68, Белки-3, Углеводы-13	
Полдник			
50	Булочка Плетёнка.	ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
180	Напиток кисломолочный Ряженка	ккал-92, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8	
Ужин			
60/5	Шницель рыбный натуральный. <i>Минтай потрошенный 6г, Лук репчатый, Молоко 3,2 % пастер, 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п, Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, Сухари панировочные, Масло растительное подсолнечное, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-85, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-6	
130	Пюре из картофеля <i>Картофель, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Соль поваренная пищевая, Молоко 3,2 % пастер, 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п</i>	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
150/7/3, 5	Чай со смородиной и сахаром <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Смородина черная</i>	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб "Сельский"	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
Итого за день:		ккал-1 642, Белки-59, Жиры-55, Углеводы-229	134-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Чуракова М.С.