



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174

Меню дневного рациона  
на 31.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|         |                                                     |                                        |  |
|---------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 5/10/30 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом                | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 |  |
| 200/5   | Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным. | ккал-209, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31 |  |
| 180/10  | Чай с молоком.                                      | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14  |  |

Завтрак 2

|     |                 |                      |  |
|-----|-----------------|----------------------|--|
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 |  |
|-----|-----------------|----------------------|--|

Обед

|        |                                           |                                        |  |
|--------|-------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 200/1  | Суп овощной на бульоне с укропом.         | ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8   |  |
| 70     | Биточки куриные с томатным соусом         | ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  |  |
| 130/30 | Каша пшеничная вязкая со свеклой отварной | ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24 |  |
| 180    | Напиток из шиповника.                     | ккал-79, Белки-1, Углеводы-19          |  |
| 20     | Хлеб пшеничный                            | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |  |
| 30     | Хлеб ржаной.                              | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14          |  |

Полдник

|     |                             |                                         |  |
|-----|-----------------------------|-----------------------------------------|--|
| 50  | Печенье "Ночка"             | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32 |  |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15                    |  |

Ужин

|        |                                              |                                          |  |
|--------|----------------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 150    | Вареники ленивые отварные с соусом молочным. | ккал-261, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-24 |  |
| 200/11 | Чай (с сахаром)                              | ккал-45, Углеводы-11                     |  |
| 20     | Хлеб пшеничный                               | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12    |  |
| 70     | Яблоки свежие нарезка.                       | ккал-31, Углеводы-7                      |  |

Итого за день: ккал-1 799, Белки-54, Жиры-59,  
Углеводы-262

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Калесникова Е.Б.