



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 04.02.2025

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость
питания
(руб)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
180	Рис отварной с овощами	ккал-240, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-32	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
50	Салат из свёклы отварной	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
200	Суп овощной	ккал-60, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
40	Котлеты из филе индейки ..	ккал-96, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-3	
150	Каша пшеничная вязкая с маслом подсолнечным	ккал-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
<u>Ужин</u>			
30	Филе индейки отварное.	ккал-115, Белки-8, Жиры-9	
180	Вермишель отварная с маслом подсолнечным и икрой кабачковой	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
180/10/ 3,5	Чай с сахаром и лимоном...	ккал-41, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 701, Белки-43, Жиры-52, Углеводы-266	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.