



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174 ясли

Меню дневного рациона

на 04.09.2025

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

|       |                                                    |                                        |
|-------|----------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 10/30 | Бутерброд с маслом сливочным.                      | ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16 |
| 150/5 | Каша ячневая молочная жидкая с<br>маслом сливочным | ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27 |
| 180   | Какао напиток с молоком                            | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |

Завтрак 2

|     |                              |                     |
|-----|------------------------------|---------------------|
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 |
|-----|------------------------------|---------------------|

Обед

|         |                                                                     |                                         |
|---------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 15/150/ | Суп картофельный с пшеном с рыбой с<br>укропом.                     | ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12   |
| 1       |                                                                     |                                         |
| 200     | Жаркое по-домашнему из цыплят,<br>зеленый горошек консервированный. | ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15 |
| 180     | Компот из сухофруктов...                                            | ккал-55, Углеводы-14                    |
| 20      | Хлеб пшеничный                                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11   |
| 20      | Хлеб ржаной.                                                        | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7            |

Полдник

|     |                                |                                         |
|-----|--------------------------------|-----------------------------------------|
| 70  | Запеканка " Лакомка"           | ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14 |
| 150 | Напиток клюквенный школьный .. | ккал-46, Углеводы-11                    |

Ужин

|     |                                     |                                        |
|-----|-------------------------------------|----------------------------------------|
| 80  | Сосиска отварная с томатным соусом. | ккал-121, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-2 |
| 120 | Капуста тушёная                     | ккал-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7   |
| 180 | Чай с сахаром.                      | ккал-29, Углеводы-7                    |
| 20  | Хлеб пшеничный                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |

Итого за день: ккал-1 433, Белки-51, Жиры-57, Углеводы-177 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

тор

Заведеева О.А.