



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174
Меню дневного рациона
на 04.12.2024

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Завтрак 2

100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
-----	-----------------------	----------------------

Обед

200/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
70	Тефтели из говядины с соусом	ккал-99, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-7
130/20	Гороховое пюре, огурец консервированный	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15

Ужин

80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

Итого за день: ккал-1 774, Белки-60, Жиры-43,
Углеводы-287

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.