



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

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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

Стоимость
 питания
 (руб)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 30 | Салат из моркови с сахаром. | ккал-15, Углеводы-3 | |
| 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 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком. | ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 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 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |
| 150 | Напиток из лимонов.. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 120 | Отварной рис | ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 180/8/6 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-35, Углеводы-9 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 557, Белки-56, Жиры-40, Углеводы-242 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.