



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией)  
Меню дневного рациона  
на 05.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Г.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
60	Омлет на воде с растительным маслом	ккал-88, Белки-6, Жиры-7	
150	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным	ккал-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
40	Тефтели из говядины паровые.	ккал-60, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-5	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным и огурцом свежим	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из лимонов.	ккал-97, Углеводы-24	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 663, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-278	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.