



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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

| Выход (г)               | Наименование блюда                            | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 60                      | Омлет натуральный.                            | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1   |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом    | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21   |                               |
| 180/10                  | Чай (с сахаром).                              | ккал-40, Углеводы-10   |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                              | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| <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                      | Огурец свежий порционный                      | ккал-5, Углеводы-1   |                               |
| 130                     | Гороховое пюре с маслом                       | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27  |                               |
| 180                     | Компот из изюма                               | ккал-102, Углеводы-25  |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                              | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| 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   |                               |
| 180                     | Напиток из лимонов                            | ккал-88, Углеводы-22   |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 80                      | Рыба тушёная с овощами и томатом              | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2   |                               |
| 130                     | Отварной рис                                  | ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32   |                               |
| 180/8/6                 | Чай с яблоками и сахаром.                     | ккал-35, Углеводы-9  |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |   | ккал-1 684, Белки-53, Жиры-37,<br>Углеводы-284                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер,  
калькулятор

Колесникова Е.Б.