



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией) БКМ  
Меню дневного рациона  
на 05.06.2025

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

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Т.М. Аврискина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                                      |                                        |  |
|-------|------------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 30/20 | Бутерброд с повидлом..                               | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 |  |
| 200   | Каша пшённая жидкая на воде с<br>растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32 |  |
| 180   | Чай с сахаром.                                       | ккал-29, Углеводы-7                    |  |

Завтрак 2

|     |                        |                      |  |
|-----|------------------------|----------------------|--|
| 100 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-44, Углеводы-10 |  |
|-----|------------------------|----------------------|--|

Обед

|       |                                                                   |                                        |  |
|-------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>и укропом                  | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11  |  |
| 200   | Птица тушеная с овощами, огурец<br>консервированный (без сметаны) | ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17 |  |
| 180   | Напиток из апельсинов.                                            | ккал-60, Углеводы-15                   |  |
| 30    | Хлеб пшеничный..                                                  | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |  |
| 30    | Хлеб ржаной .                                                     | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14          |  |

Полдник

|     |                    |                                        |  |
|-----|--------------------|----------------------------------------|--|
| 50  | Булочка "Плетенка" | ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 |  |
| 180 | Сок фруктовый.     | ккал-123, Белки-1, Углеводы-29         |  |

Ужин

|        |                                        |                                        |  |
|--------|----------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 50     | Икра морковная.                        | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4   |  |
| 40     | Рыба припущенная с луком               | ккал-37, Белки-7, Жиры-1               |  |
| 100    | Омлет на воде с маслом<br>растительным | ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1 |  |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном.               | ккал-34, Углеводы-8                    |  |
| 30     | Хлеб пшеничный..                       | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |  |

Итого за день: ккал-1 541, Белки-47, Жиры-43,  
Углеводы-243

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.