



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 ясли  
Меню дневного рациона  
на 05.12.2024

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 5/30                    | Бутерброд с маслом сливочным.                       | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15   |                               |
| 150/5                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом               | ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27   |                               |
| 180                     | Какао напиток с молоком                             | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16   |                               |
| 50                      | Яблоки свежие (нарезка)                             | ккал-22, Углеводы-5  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |  |                               |
| 100                     | Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный).      | ккал-48, Углеводы-12   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 30                      | Салат из свежей капусты с морковью.                 | ккал-27, Жиры-2, Углеводы-3  |                               |
| 20/150/1                | Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.        | ккал-98, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-12  |                               |
| 200                     | Жаркое по-домашнему из цыплят..                     | ккал-243, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-19                                       |                               |
| 180                     | Компот из сухофруктов..                             | ккал-68, Углеводы-17   |                               |
| 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                      | Булочка "Домашняя".                                 | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30   |                               |
| 150                     | Напиток из апельсинов                               | ккал-49, Углеводы-12   |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 70                      | Фрикадельки из говядины с соусом сметанно-томатным. | ккал-82, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-5   |                               |
| 120                     | Каша гречневая вязкая со сливочным маслом           | ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17   |                               |
| 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-1 573, Белки-45, Жиры-51,<br>Углеводы-230                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.