



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона
на 06.11.2024

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150 | Каша кукурузная на воде с маслом растительным | ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 130/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб хмелевой бездрожжевой. | ккал-44, Белки-2, Углеводы-9 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 70 | Тефтели мясные, соус томатный | ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 150 | Пюре гороховое с маслом подсолнечным | ккал-248, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 40 | Хлеб хмелевой бездрожжевой | ккал-88, Белки-3, Углеводы-19 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-97, Углеводы-24 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушёная с овощами и томатом | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 150 | Рис отварной с подсолнечным маслом. | ккал-186, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32 | |
| 200/9/7 | Чай с яблоками и с сахаром | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 40 | Хлеб хмелевой бездрожжевой | ккал-88, Белки-3, Углеводы-19 | |
| Итого за день: | | ккал-1 495, Белки-53, Жиры-34, Углеводы-244 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.