



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174  
Меню дневного рациона  
на 07.04.2025

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) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                             |                                        |  |
|-------|---------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 10/30 | Бутерброд с маслом сливочным.               | ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16 |  |
| 40    | Яйцо отварное                               | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |  |
| 150/5 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом. | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 |  |
| 180   | Какао напиток с молоком                     | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |  |

Завтрак 2

|     |                              |                                      |  |
|-----|------------------------------|--------------------------------------|--|
| 100 | Напиток кисломолочный Кефир. | ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 |  |
|-----|------------------------------|--------------------------------------|--|

Обед

|       |                                                      |                                        |  |
|-------|------------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом   | ккал-108, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18 |  |
| 70    | Котлеты куриные с соусом.                            | ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8  |  |
| 150   | Каша перловая рассыпчатая, кукуруза консервированная | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29 |  |
| 180   | Сок фруктовый.                                       | ккал-123, Белки-1, Углеводы-29         |  |
| 30    | Хлеб пшеничный..                                     | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |  |
| 40    | Хлеб ржаной                                          | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19          |  |

Полдник

|       |                         |                                         |  |
|-------|-------------------------|-----------------------------------------|--|
| 42    | Печенье "Рыбки"         | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20 |  |
| 200/9 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-34, Углеводы-8                     |  |

Ужин

|     |                                                       |                                        |  |
|-----|-------------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 80  | Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом.              | ккал-89, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6   |  |
| 150 | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 |  |
| 200 | Кисель из натурального сока.                          | ккал-132, Углеводы-33                  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный.                                       | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

Итого за день: ккал-1 930, Белки-56, Жиры-65,  
Углеводы-281

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.