



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 174 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 10.01.2025

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

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина



| 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>   |  |  |                               |
| 30/20                   | Бутерброд с повидлом.                              | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28   |                               |
| 200                     | Каша пшённная жидкая на воде с растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32   |                               |
| 200                     | Чай с сахаром                                      | ккал-61, Углеводы-15   |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |  |  |                               |
| 100                     | Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный).     | ккал-58, Углеводы-14   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |  |  |                               |
| 50                      | Салат из белокочанной капусты с морковью           | ккал-43, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4   |                               |
| 15/200/1                | Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью        | ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12   |                               |
| 180                     | Рагу из индейки                                    | ккал-194, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-17                                       |                               |
| 180                     | Компот из сухофруктов..                            | ккал-68, Углеводы-17   |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| 30                      | Хлеб ржаной .                                      | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14  |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |  |  |                               |
| 10                      | Хлебцы (без глютена)                               | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8   |                               |
| 200                     | Напиток из апельсинов.                             | ккал-67, Углеводы-17   |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |  |  |                               |
| 50                      | Фрикадельки из индейки                             | ккал-101, Белки-7, Жиры-8  |                               |
| 130                     | Каша гречневая вязкая с маслом растительным        | ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18   |                               |
| 200/11                  | Чай (с сахаром)                                    | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |  | ккал-1 506, Белки-42, Жиры-41,<br>Углеводы-243                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.