



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией) БКМ+птица  
Меню дневного рациона  
на 10.06.2025

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

|     |                                                                |                                        |
|-----|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 180 | Вермишель отварная с маслом<br>подсолнечным и икрой кабачковой | ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 |
| 180 | Чай со смородиной.                                             | ккал-35, Углеводы-9                    |
| 30  | Хлеб пшеничный.                                                | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |

Завтрак 2

|     |                |                      |
|-----|----------------|----------------------|
| 100 | Сок фруктовый. | ккал-68, Углеводы-16 |
|-----|----------------|----------------------|

Обед

|     |                          |                                        |
|-----|--------------------------|----------------------------------------|
| 50  | Салат из свёклы отварной | ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4   |
| 200 | Суп овощной              | ккал-60, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8   |
| 40  | Котлеты из индейки.      | ккал-96, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-3   |
| 130 | Картофель тушеный.       | ккал-158, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-19 |
| 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  | Печенье "Ночка"             | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32 |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15                    |

Ужин

|         |                         |                                          |
|---------|-------------------------|------------------------------------------|
| 180     | Плов из индейки.        | ккал-313, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-40 |
| 180/3,5 | Чай с сахаром и лимоном | ккал-30, Углеводы-7                      |
| 30      | Хлеб пшеничный.         | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18    |

Итого за день:

ккал-1 787, Белки-44, Жиры-58,  
Углеводы-272

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.