



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 11.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Составлено: Лаврискина

Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
<u>Завтрак 2</u>		
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10
<u>Обед</u>		
200/1	Суп полевой на бульоне с укропом	ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16
200	Птица тушеная с овощами с консервированным огурцом.	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
<u>Полдник</u>		
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15
<u>Ужин</u>		
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
150	Макаронь отварные с растительным маслом	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
Итого за день:		ккал-1415, Белки-38, Жиры-30, Углеводы-249

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Лаврискина Е.Б.