



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 12.12.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

И.О.

эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость
питания
(руб)

| Выход (г) | Наименование блюда | эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150/5 | Каша пшённная молочная жидкая с маслом. | ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 100 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-44, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. | ккал-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 180 | Рис отварной с овощами | ккал-240, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-32 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб пшеничный. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| Итого за день: | | ккал-1 659, Белки-41, Жиры-41, Углеводы-280 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.