



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 ясли
Меню дневного рациона
на 14.10.2024

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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Г.Н. Аврискина

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Завтрак

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 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 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|-----------------------|----------------------|--|
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
|-----|-----------------------|----------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 150/1 | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом. | ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 70 | Биточки куриные с томатным соусом | ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 180 | Напиток из лимонов свежих | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |

Полдник

| | | | |
|-------|------------------|--|--|
| 45 | Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 150/7 | Чай с сахаром.. | ккал-28, Углеводы-7 | |

Ужин

| | | | |
|-------|---|---------------------------------------|--|
| 60/30 | Ёжики Морские из рыбы со сметанным соусом | ккал-96, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7 | |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 180 | Кисель из сока натурального. | ккал-119, Углеводы-29 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |

Итого за день: ккал-1 593, Белки-48, Жиры-51,
Углеводы-234

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.