



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174

Меню дневного рациона  
на 16.04.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Г.И. Лирискина

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

5/10/30 *Бутерброд с сыром и сливочным маслом*

ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-13

50 *Икра морковная.*

ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4

105 *Омлет натуральный с маслом сливочным.*

ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2

200 *Чай с молоком..*

ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13

Завтрак 2

100 *Банан свежий нарезка*

ккал-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21

Обед

200/5/1 *Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом*

ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11

70 *Тефтели из говядины в томатном соусе.*

ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9

130/20 *Пюре гороховое, огурец консервированный*

ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27

180 *Компот из изюма*

ккал-102, Углеводы-25

20 *Хлеб пшеничный*

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

30 *Хлеб ржаной.*

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50 *Ватрушка с повидлом.*

ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37

200 *Молоко кипяченое.*

ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10

Ужин

80 *Рыба тушеная с овощами.*

ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2

150 *Отварной рис.*

ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32

200 *Чай с сахаром*

ккал-33, Углеводы-8

20 *Хлеб пшеничный*

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

**Итого за день:** ккал-1 870, Белки-73, Жиры-62,  
Углеводы-255

**210-00**

Зав. производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер-  
калькулятор

Кузнецкова Е.Б.