



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174  
Меню дневного рациона  
на 16.09.2024

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

|        |  |  |  |
|--------|--|--|--|
| 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

|       |   |  |  |
|-------|---|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом | ккал-112, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17 |  |
| 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                   |  |
| 40    | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |
| 40    | Хлеб ржаной                                     | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19          |  |

Полдник

|        |                  |  |  |
|--------|------------------|--|--|
| 45     | Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 |  |
| 200/11 | Чай (с сахаром)  | ккал-45, Углеводы-11                   |  |

Ужин

|     |                                       |  |  |
|-----|---------------------------------------|--|--|
| 90  | Тефтели рыбные с соусом.              | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7   |  |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12  |  |
| 200 | Кисель из натурального сока.          | ккал-132, Углеводы-33                  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный.                       | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

Итого за день: ккал-1 807, Белки-55, Жиры-51,  
Углеводы-281

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.