



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона  
на 18.12.2024

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

60	Омлет натуральный .	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша кукурузная на воде с маслом сливочным без сахара.	ккал-130, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-21	
180	Чай без сахара .	ккал-1	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Завтрак 2

100	Напиток из шиповника без сахара	ккал-22, Углеводы-5	
-----	---------------------------------	---------------------	--

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
40	Тефтели из говядины без муки	ккал-77, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-3	
130	Гороховое пюре с маслом	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма без сахара	ккал-102, Углеводы-25	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток из лимонов без сахара	ккал-2	

Ужин

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
200/7	Чай с яблоками без сахара	ккал-4, Углеводы-1	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

**Итого за день:** ккал-1 088, Белки-44, Жиры-34,  
Углеводы-152

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.