



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

40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Завтрак 2

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

Обед

200/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
50	Тефтели из индейки.	ккал-91, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-6	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным и огурцом консервированным	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-88, Углеводы-22	

Ужин

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-186, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 517, Белки-50, Жиры-29,
Углеводы-262

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.