



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 ясли
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)
<u>Завтрак</u>			
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
150/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком.	ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/20	Гороховое пюре, огурец консервированный	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
150	Напиток из лимонов..	ккал-46, Углеводы-11	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 553, Белки-55, Жиры-39, Углеводы-243	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.