



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 20.02.2025

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	

Завтрак 2

100	Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный).	ккал-58, Углеводы-14	
-----	---	----------------------	--

Обед

30	Салат из свежей капусты с морковью.	ккал-27, Жиры-2, Углеводы-3	
15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
180	Рагу из индейки	ккал-194, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-17	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	

Ужин

30	Филе индейки отварное.	ккал-115, Белки-8, Жиры-9	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 504, Белки-43, Жиры-41,
Углеводы-241

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.