



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174 (дети с аллергией) исключение рыбы

Меню дневного рациона
на 20.08.2025

Одобрено:
Заведующий МБДОУ

В.В. Чекава

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белк 4-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белк 4-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	------------------------	----------------------	--

Обед

200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белк 4-6, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белк 4-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белк 4-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белк 4-1, Углеводы-24	

Ужин

60	Гуляш из филе птицы.	ккал-72, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белк 4-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 724, Белки-65, Жиры-48, Углеводы-257

210-00

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Заведеева О.А.