



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

Меню дневного рациона
на 23.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша пшеничная 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

50	Салат из белокочанной капусты с морковью	ккал-43, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1
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-1 520, Белки-43, Жиры-42,
Углеводы-243

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькуляции

Колесникова Е.Б.

179-00