



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 174 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 23.10.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Исаева В.В.

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

Завтрак

40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-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 хмелевой бездрожжевой.	ккал-44, Белки-2, Углеводы-9	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели мясные, соус томатный	ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Пюре гороховое с маслом подсолнечным	ккал-248, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб хмелевой бездрожжевой	ккал-88, Белки-3, Углеводы-19	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток из лимонов.	ккал-97, Углеводы-24	

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	
200/9/7	Чай с яблоками и с сахаром	ккал-39, Углеводы-10	
40	Хлеб хмелевой бездрожжевой	ккал-88, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за день: ккал-1 495, Белки-53, Жиры-34,
Углеводы-244

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.