



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией)  
Меню дневного рациона  
на 23.12.2024

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша геркулесовая на воде жидкая с маслом подсолнечным	ккал-165, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10

Завтрак 2

100	Сок фруктовый.	ккал-68, Углеводы-16
-----	----------------	----------------------

Обед

50	Салат "Витаминный" с луком.	ккал-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4
200/1	Суп картофельный с горохом с укропом	ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
50	Биточки из индейки.	ккал-112, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-4
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-88, Углеводы-22
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11

Ужин

50	Рыба припущенная с луком	ккал-74, Белки-11, Жиры-3
150	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и огурцом консервированным.	ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
200	Кисель из натурального сока	ккал-168, Углеводы-42
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

Итого за день: ккал-1 661, Белки-48, Жиры-38,  
Углеводы-283

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.