



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174

Меню дневного рациона  
на 25.04.2025

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|        |                                                            |                                          |  |
|--------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--|
| 10/30  | Бутерброд с маслом сливочным.                              | ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16   |  |
| 150    | Пудинг из творога с яблоками, с соусом<br>молочным сладким | ккал-263, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-21 |  |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном.                                   | ккал-34, Углеводы-8                      |  |

Завтрак 2

|     |                                |                                      |  |
|-----|--------------------------------|--------------------------------------|--|
| 100 | Напиток кисломолочный Ряженка. | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 |  |
|-----|--------------------------------|--------------------------------------|--|

Обед

|         |                                                   |                                        |  |
|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 50      | Икра из свеклы                                    | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5   |  |
| 200/5/1 | Рассольник Ленинградский со сметаной<br>и укропом | ккал-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16 |  |
| 70      | Тефтели из говядины в томатном<br>соусе.          | ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9  |  |
| 130     | Каша гречневая вязкая с маслом<br>сливочным       | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 |  |
| 180     | Напиток из шиповника.                             | ккал-79, Белки-1, Углеводы-19          |  |
| 20      | Хлеб пшеничный                                    | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |  |
| 20      | Хлеб ржаной.                                      | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7           |  |

Полдник

|     |                     |                                        |  |
|-----|---------------------|----------------------------------------|--|
| 50  | Булочка "Молочная." | ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25 |  |
| 200 | Молоко кипяченое.   | ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10 |  |

Ужин

|       |                                                   |                                        |  |
|-------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 40    | Яйцо отварное.                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |  |
| 165   | Макароны отварные с сыром, с маслом<br>сливочным. | ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35 |  |
| 200/7 | Чай с яблоками и сахаром                          | ккал-35, Углеводы-9                    |  |
| 40    | Хлеб пшеничный.                                   | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

Итого за день: ккал-1 866, Белки-67, Жиры-66,  
Углеводы-239

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Велесникова Е.Б.