



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 174 ясли

Меню дневного рациона

на 25.08.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

| Выход (г)               | Наименование блюда                                    | эн. цен. (к кал), белки (г), углеводы (г), витамин А (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                       |                                                                               |                         |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным                          | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                        |                         |
| 40                      | Яйцо отварное                                         | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                      |                         |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.           | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21                                        |                         |
| 180                     | Какао напиток с молоком                               | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16                                        |                         |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                       |                                                                               |                         |
| 100                     | Напиток кисломолочный Кефир.                          | ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4                                          |                         |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                       |                                                                               |                         |
| 150/1                   | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом.      | ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                         |                         |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.                             | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7                                         |                         |
| 150                     | Каша перловая рассыпчатая, кукуруза консервированная  | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29                                        |                         |
| 180                     | Компот из яблок свежих                                | ккал-88, Углеводы-21                                                          |                         |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                        | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                         |                         |
| 20                      | Хлеб ржаной.                                          | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7                                                  |                         |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                       |                                                                               |                         |
| 42                      | Печенье "Рыбки"                                       | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20                                       |                         |
| 180/3,5                 | Чай с сахаром и лимоном.                              | ккал-30, Углеводы-7                                                           |                         |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                       |                                                                               |                         |
| 90                      | Ёжики Морские из рыбы со сметанным соусом             | ккал-96, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7                                          |                         |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                        |                         |
| 180                     | Кисель из сока натурального.                          | ккал-119, Углеводы-29                                                         |                         |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                        | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                         |                         |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                       | ккал-1 681, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-229                                   | <b>210-00</b>           |

Зав.производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер-калькуля

Заведова О.А.