



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 174 (дети с аллергией) БКМ+птица  
Меню дневного рациона  
на 30.06.2025

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

|       |                                                     |                                        |  |
|-------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 30/20 | Бутерброд с повидлом..                              | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 |  |
| 40    | Яйцо отварное.                                      | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |  |
| 200   | Каша геркулесовая на воде с маслом<br>подсолнечным. | ккал-165, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24 |  |
| 180   | Чай с сахаром.                                      | ккал-29, Углеводы-7                    |  |

Завтрак 2

|     |                        |                                       |  |
|-----|------------------------|---------------------------------------|--|
| 150 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 |  |
|-----|------------------------|---------------------------------------|--|

Обед

|       |                                                                                  |                                        |  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--|
| 200/1 | Суп картофельный с горохом с укропом                                             | ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17  |  |
| 40    | Кнели из индейки с рисом                                                         | ккал-113, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-3  |  |
| 150   | Каша перловая рассыпчатая с маслом<br>подсолнечным, кукуруза<br>консервированная | ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29 |  |
| 180   | Компот из яблок свежих                                                           | ккал-88, Углеводы-21                   |  |
| 30    | Хлеб пшеничный..                                                                 | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |  |
| 30    | Хлеб ржаной .                                                                    | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14          |  |

Полдник

|         |                          |                                         |  |
|---------|--------------------------|-----------------------------------------|--|
| 42      | Печенье "Рыбки"          | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20 |  |
| 180/3,5 | Чай с сахаром и лимоном. | ккал-30, Углеводы-7                     |  |

Ужин

|     |                                                                                    |                                       |  |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--|
| 80  | Ёжики Морские из рыбы с томатным<br>соусом.                                        | ккал-89, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6  |  |
| 150 | Картофельное пюре на отваре с<br>маслом подсолнечным и огуцом<br>консервированным. | ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 |  |
| 180 | Кисель из сока натурального.                                                       | ккал-119, Углеводы-29                 |  |
| 30  | Хлеб пшеничный..                                                                   | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 |  |

Итого за день: ккал-1 753, Белки-46, Жиры-55,  
Углеводы-269

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.