



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 ясли  
Меню дневного рациона  
на 12.07.2024

Т.Н.Аврискина

Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
150/7/3, 5	Чай со смородиной и сахаром	ккал-30, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
150/1	Рассольник Ленинградский с укропом.	ккал-66, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
120	Пюре картофельное с маслом.	ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30	
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
150	Напиток клюквенный Школьный..	ккал-46, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

**Итого за день:** ккал-1 455, Белки-51, Жиры-42,  
Углеводы-208

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля  
тор

Заведеева О.А.