



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

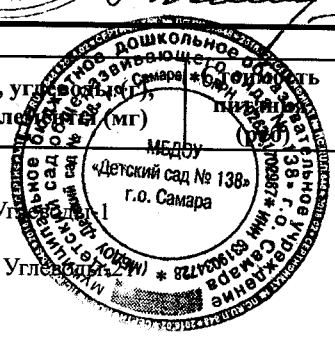
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 138 ясли

Меню дневного рациона
на 14.08.2024

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1
150/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-1
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
<u>Завтрак 2</u>		
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
<u>Обед</u>		
150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом	ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-124, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
150	Гороховое пюре, огурец свежий порционно.	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7
<u>Уплотненный полдник</u>		
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37
150	Напиток из лимонов..	ккал-46, Углеводы-11
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
Итого за день:		ккал-1 574, Белки-58, Жиры-43, Углеводы-237



Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.