



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 138 ясли
 Меню дневного рациона
 на 20.11.2024

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Т.И. Аврискина
 Согласовано:
 Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-5
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
<u>Завтрак 2</u>		
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
<u>Обед</u>		
150/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком.	ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9
70	Тефтели мясные, соус томатный	ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
130/20	Гороховое пюре, огурец консервированный	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-1 537, Белки-56, Жиры-40, Углеводы-236
		179-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.