



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 03.12.2024

| Выход (г)                         | Наименование блюда                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак 1</u></b>           |  |  |                               |
| 5/30                              | Бутерброд с маслом сливочным.                  | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15   |                               |
| 150/20                            | Вареники из творога со сгущенным молоком       | ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43                                       |                               |
| 180                               | Чай со смородиной.                             | ккал-35, Углеводы-9  |                               |
| 50                                | Яблоки свежие (нарезка)                        | ккал-22, Углеводы-5  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>           |  |  |                               |
| 100                               | Сок фруктовый..                                | ккал-68, Углеводы-16   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>                |  |  |                               |
| 30                                | Салат из свеклы отварной                       | ккал-28, Жиры-2, Углеводы-2  |                               |
| 150/1/1                           | Суп овощной на бульоне с укропом и чесноком,   | ккал-54, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8   |                               |
| 70                                | Котлеты куриные с соусом.                      | ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8  |                               |
| 120                               | Каша пшеничная вязкая.                         | ккал-125, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19   |                               |
| 180                               | Напиток из апельсинов.                         | ккал-60, Углеводы-15   |                               |
| 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> |  |  |                               |
| 10                                | Сыр порционно                                  | ккал-34, Белки-3, Жиры-3   |                               |
| 180                               | Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой | ккал-221, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35   |                               |
| 50                                | Печенье "Ночка"                                | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32  |                               |
| 150                               | Напиток клюквенный Школьный..                  | ккал-46, Углеводы-11   |                               |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                 | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |                               |
| <b>Итого за день:</b>             |  | ккал-1 719, Белки-52, Жиры-56,<br>Углеводы-250                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор  Колесникова Е.Б.