



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138  
Меню дневного рациона  
на 30.01.2025

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Угле...
150/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углевод...
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углевод...
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углевод...
200	Плов из птицы с огуцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углевод...
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углевод...
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углевод...
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углевод...
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углевод...
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углевод...
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 688, Белки-50, Жиры-43, Углеводы-276

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.