



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

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Ж.И. Аврискина  
 /\_\_\_\_\_  
 Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ  
 /\_\_\_\_\_  
 (Official stamp of the school nutrition company is visible in the background)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
150/5	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-35
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
<b><u>Обед</u></b>		
150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком.	ккал-52, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
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	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30
150	Кисель из натурального сока . .	ккал-99, Углеводы-24
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 505, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-236

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Кулесникова Е.Б.