



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 04.03.2025

| Выход (г)                         | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак 1</u></b>           |  |   |                         |
| 5/10/30                           | Бутерброд с сыром и сливочным маслом         | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15  |                         |
| 150                               | Суп молочный с вермишелью.                   | ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-15  |                         |
| 180                               | Чай со смородиной.                           | ккал-35, Углеводы-9   |                         |
| <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 томатным соусом.           | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7   |                         |
| 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> |  |   |                         |
| 150                               | Вареники ленивые отварные со сметаной.       | ккал-283, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-21  |                         |
| 150                               | Напиток клюквенный школьный ..               | ккал-46, Углеводы-11  |                         |
| 50                                | Яблоко свежее (нарезка)..                    | ккал-22, Углеводы-5   |                         |
| 50                                | Печень "Ночка"                               | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32   |                         |
| 20                                | Хлеб пшеничный                               | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12   |                         |
| <b>Итого за день:</b>             |  | ккал-1 549, Белки-51, Жиры-57,<br>Углеводы-206  | <b>179-00</b>           |

Зав. производством

Макарова Н.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.

