



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 ясли  
Меню дневного рациона  
на 10.04.2025

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак 1

|       |                                        |                                        |
|-------|----------------------------------------|----------------------------------------|
| 5/30  | Бутерброд с маслом сливочным.          | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 |
| 150/5 | Каша пшённая молочная жидкая с маслом. | ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 |
| 180   | Чай с молоком.                         | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12  |

Завтрак 2

|     |                               |                                       |
|-----|-------------------------------|---------------------------------------|
| 100 | Напиток кисломолочный Снежок. | ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 |
|-----|-------------------------------|---------------------------------------|

Обед

|         |                                                           |                                        |
|---------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 150/5/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью | ккал-64, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-8   |
| 200     | Птица тушеная с овощами с огурцом консервированным        | ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18 |
| 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           |

Уплотненный полдник

|     |                          |                                         |
|-----|--------------------------|-----------------------------------------|
| 30  | Икра морковная           | ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3    |
| 160 | Рыба запеченная в омлете | ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5 |
| 180 | Чай с сахаром.           | ккал-29, Углеводы-7                     |
| 30  | Хлеб пшеничный..         | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18   |
| 50  | Булочка "Плетёнка".      | ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30  |

Итого за день: ккал-1 482, Белки-64, Жиры-53,  
Углеводы-186

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.