



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138
Меню дневного рациона
на 30.04.2025

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), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Завтрак 1

| | | | |
|---------|---------------------------------------|---|--|
| 5/10/30 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 50 | Икра морковная. | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4 | |
| 105 | Омлет натуральный с маслом сливочным. | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2 | |
| 200 | Чай с молоком.. | ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|----------------------|---------------------------------------|--|
| 100 | Банан свежий нарезка | ккал-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21 | |
|-----|----------------------|---------------------------------------|--|

Обед

| | | | |
|---------|---|---|--|
| 200/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом | ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7 | |
| 70 | Тефтели из говядины в томатном соусе. | ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 130/20 | Пюре гороховое, огурец консервированный | ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |

Уплотненный полдник

| | | | |
|-----|-------------------------|--|--|
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 150 | Отварной рис. | ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32 | |
| 200 | Чай с сахаром | ккал-33, Углеводы-8 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 50 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |

Итого за день: ккал-1 699, Белки-64, Жиры-56,
Углеводы-233

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Месникова Е.Б.