



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138
Меню дневного рациона
на 11.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-21
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8
Завтрак 2		
100	Банан свежий нарезка	ккал-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
Обед		
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28
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 со смородиной	ккал-39, Углеводы-10
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-1 675, Белки-63, Жиры-53, Углеводы-235
		210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Ромасникова Е.Б.