



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 138 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 19.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

*И.И. Аврискина*  
 \_\_\_\_\_  
 И.И. Аврискина  
 Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

*И.И. Аврискина*  
 \_\_\_\_\_

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

**Завтрак 1**

10/30	Бутиерброд с сыром	ккал-113, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-15	
150/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

**Завтрак 2**

100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
-----	------------------	--------------------------------------	--

**Обед**

150/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
150	Каша гречневая вязкая с огурцом свежим.	ккал-128, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

**Уплотненный йогурт**

30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
50	Оладьи из печени..	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Макаронны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
150	Напиток из апельсинов	ккал-49, Углеводы-12	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	

**Итого за день:** ккал-1 548, Белки-50, Жиры-53, Углеводы-214 **210-00**

Зав. производством

*И.И. Макарова*  
 \_\_\_\_\_  
 Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

*Е.Б. Колесникова*  
 \_\_\_\_\_  
 Колесникова Е.Б.