



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149
Меню дневного рациона
на 24.11.2023

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

| | | |
|-------|---------------------------------------|--|
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 |
| 150/5 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25 |
| 180 | Чай со смородиной. | ккал-35, Углеводы-9 |

Завтрак 2

| | | |
|-----|-----------------|----------------------|
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 |
|-----|-----------------|----------------------|

Обед

| | | |
|-----|--------------------------------------|--|
| 200 | Рассольник Ленинградский. | ккал-98, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 |
| 70 | Тефтели из говядины в соусе томатном | ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6 |
| 130 | Каша гречневая рассыпчатая. | ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30 |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 |

Полдник

| | | |
|-----|---------------------|--|
| 50 | Булочка "Молочная." | ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25 |
| 200 | Напиток из вишни | ккал-73, Углеводы-17 |

Ужин

| | | |
|--------|--|--|
| 70 | Гуляш из филе птицы. | ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3 |
| 150 | Вермишель отварная с маслом сливочным. | ккал-198, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34 |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 |

Итого за день: ккал-1 762, Белки-55, Жиры-40,
Углеводы-284

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149 ясли
Меню дневного рациона
на 24.11.2023

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) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150/5 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25 | |
| 180 | Чай со смородиной. | ккал-35, Углеводы-9 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150 | Рассольник Ленинградский. | ккал-74, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12 | |
| 70 | Тефтели из говядины в соусе томатном | ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 130 | Каша гречневая рассыпчатая. | ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 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 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Молочная." | ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25 | |
| 150 | Напиток из вишни. | ккал-52, Углеводы-13 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Гуляш из филе птицы . | ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3 | |
| 130 | Вермишель отварная. | ккал-172, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 600, Белки-51, Жиры-38, Углеводы-251 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.