



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149
Меню дневного рациона
на 01.12.2023

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Лврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/10/30 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 180/5 | Каша Дружба молочная жидкая с маслом. | ккал-210, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Молоко кипяченое.. | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8 | |
| 70 | Котлеты из говядины с соусом томатным. | ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 130/20 | Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком | ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 180 | Напиток из апельсинов. | ккал-60, Углеводы-15 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-84, Белки-3, Углеводы-13 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 30/20 | Бутерброд с повидлом. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 150/15 | Лапшевник с творогом со сгущённым молоком | ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 75 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-33, Углеводы-7 | |

Итого за день: ккал-1 762, Белки-53, Жиры-50,
Углеводы-271

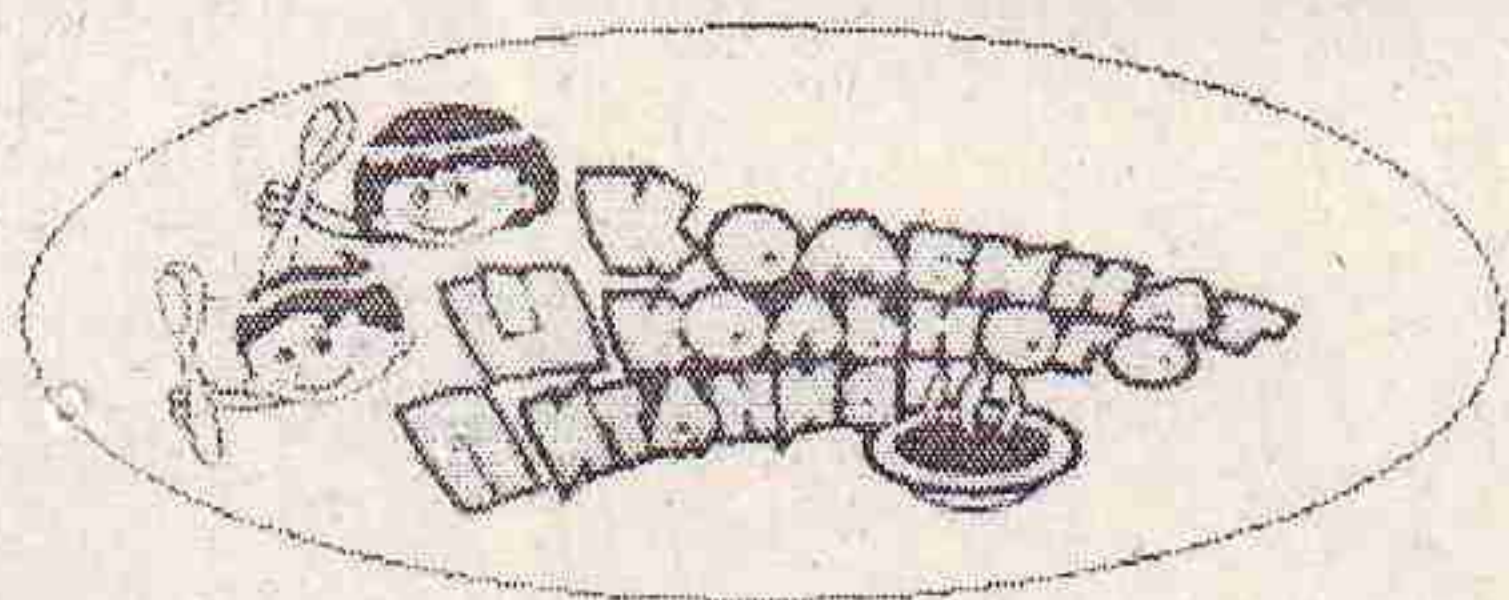
179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.

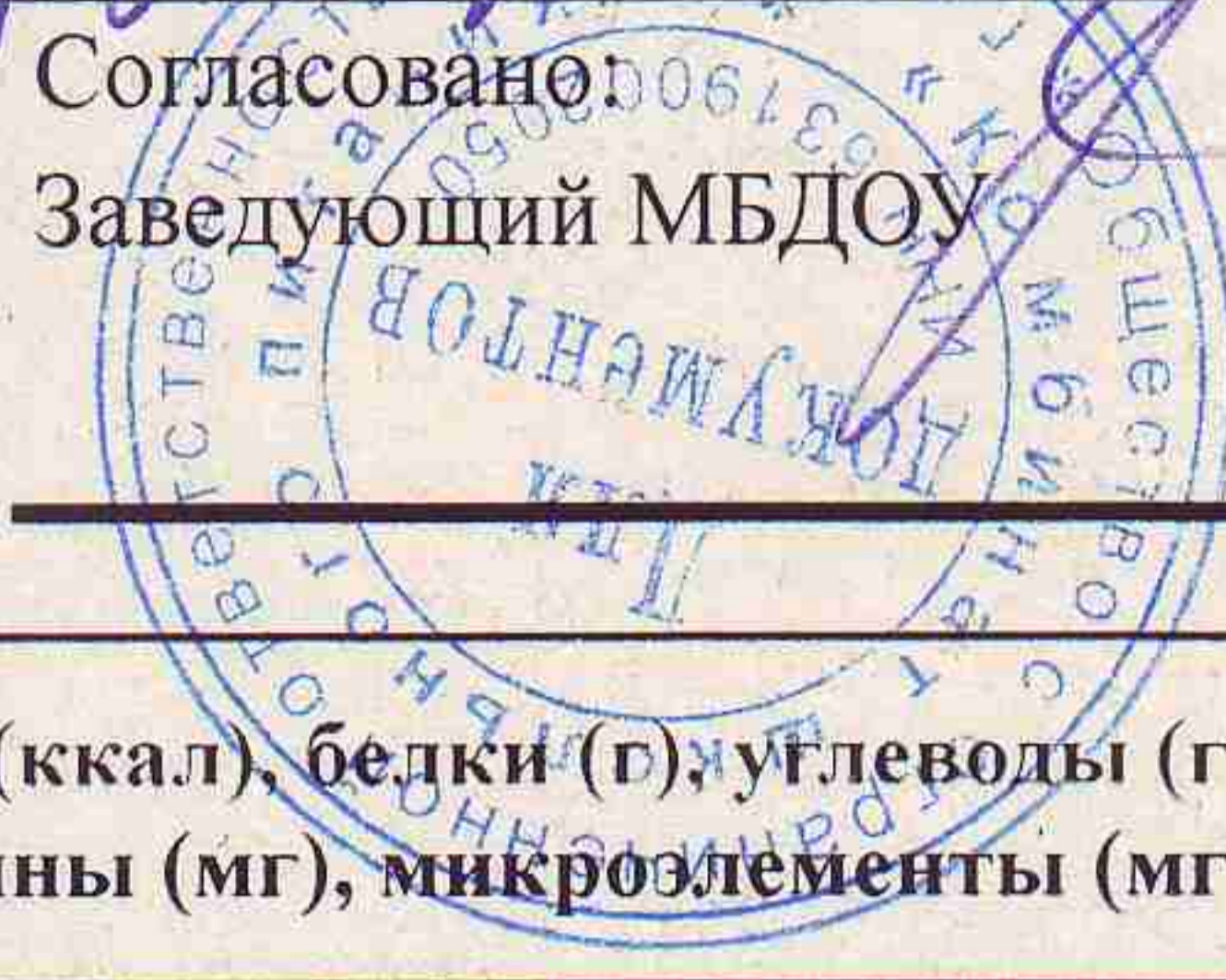


ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149 ясли
Меню дневного рациона
на 01.12.2023

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

| | | | |
|---------|--------------------------------------|--|--|
| 5/10/30 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 150/5 | Каша Дружба молочная жидкая с маслом | ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|--------------------|--------------------------------------|--|
| 100 | Молоко кипяченое.. | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5 | |
|-----|--------------------|--------------------------------------|--|

Обед

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 150/1 | Щи из свежей капусты с картофелем и укропом. | ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6 | |
| 70 | Котлеты из говядины с соусом томатным. | ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 130/20 | Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком | ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 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 | |

Полдник

| | | | |
|---------------|-----------------------------|--|--|
| 30/20 | Бутерброд с повидлом. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 150/7/3, 5 | Чай со смородиной и сахаром | ккал-30, Углеводы-7 | |

Ужин

| | | | |
|--------|---|---|--|
| 150/15 | Лепешки с творогом со сгущённым молоком | ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41 | |
| 150/7 | Чай с сахаром.. | ккал-28, Углеводы-7 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 75 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-33, Углеводы-7 | |

Итого за день: ккал-1 587, Белки-49, Жиры-47,
Углеводы-240

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.