



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 149

Меню дневного рациона

на 10.11.2023

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
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	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
200	Напиток из вишни	ккал-73, Углеводы-17	
<b><u>Ужин</u></b>			
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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 762, Белки-55, Жиры-40, Углеводы-284	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149 ясли  
Меню дневного рациона  
на 10.11.2023

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
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	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
150	Напиток из вишни.	ккал-52, Углеводы-13	
<b><u>Ужин</u></b>			
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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 600, Белки-51, Жиры-38, Углеводы-251	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.