



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 149
 Меню дневного рациона
 на 14.02.2024

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	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет натуральный..	ккал-154, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-2	
200/9/7	Чай с яблоками и с сахаром	ккал-39, Углеводы-10	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
<u>Обед</u>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Гороховое пюре с маслом	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб ржаной	ккал-84, Белки-3, Углеводы-13	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 745, Белки-60, Жиры-48,
Углеводы-266

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149 ясли
Меню дневного рациона
на 14.02.2024

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	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет натуральный..	ккал-154, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-2	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
<u>Обед</u>			
150/1	Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом	ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Тефтели из говядины в соусе томатном	ккал-87, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Гороховое пюре с маслом	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
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-35	
150/7	Чай с сахаром..	ккал-28, Углеводы-7	
<u>Ужин</u>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
130	Отварной рис	ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 553, Белки-56, Жиры-45,
Углеводы-230

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.