



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 407
 Меню дневного рациона
 на 21.04.2021

Утверждаю:

Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ



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

Завтрак 1

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом <i>Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Сыр, Батон КШП</i>	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
45	Икра морковная <i>Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное подсолнечное, Сахар, Соль поваренная пищевая, томат-паста 1 кг</i>	ккал-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом <i>Яйцо куриное С-1, Молоко 3,2% пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф.п. Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/11	Чай (с сахаром) <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-45, Углеводы-11	

Завтрак 2

200	Напиток из лимонов. <i>Лимон свежий, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-97, Углеводы-24	
-----	---	----------------------	--

Обед

3	Лук зеленый порционно	ккал-1	
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной, укропом <i>Свекла, Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, томат-паста 1 кг, Сахар, Мясной бульон, Масло растительное подсолнечное, Сметана 15% 0,5л., Укроп</i>	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
25/25	Гуляши из отварного мяса говядины <i>Говяжья п.ф. Морковь свежая, Лук репчатый, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Соль поваренная пищевая, Масло растительное подсолнечное, Вода питьевая, томат-паста 1 кг</i>	ккал-78, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-2	
130	Каши гречневая рассыпчатая. <i>Крупа гречневая ядрица, Вода питьевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Соль поваренная пищевая</i>	ккал-190, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Компот из кураги <i>Курага, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-80, Белки-1, Углеводы-19	
30	Хлеб "Сельский"	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
20	Хлеб ржаной.	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	

Упл. Полдник

40/40	Рыба тушеная с овощами. <i>Минтай потрошенный б.г. Морковь свежая, томат-паста 1 кг, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая</i>	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис. <i>Крупа рисовая пропаренная, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
48	Сушки..	ккал-310, Белки-4, Жиры-18, Углеводы-32	
200/9/7	Чай с яблоками и сахаром <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Яблоки 1 сорт для блюд</i>	ккал-39, Углеводы-10	
20	Хлеб "Сельский".	ккал-47, Белки-2, Углеводы-10	

Итого за день: ккал-1 723, Белки-56, Жиры-66, Углеводы-225 **134-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
 калькулятор

Колесникова Е.Б.