



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 153/1
 Меню дневного рациона
 на 13.08.2021

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Т.Н. Аварискина
 Сблгасовано:
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5/15/30	Бутерброд с сыром и маслом сливочным <i>Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Сыр, Батон КШП</i>	ккал-163, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-15	
50	Салат из моркови с сахаром <i>Морковь свежая, Сахар</i>	ккал-26, Белки-1, Углеводы-6	
100/20	Пудинг из творога с рисом запечённый со сметаной <i>Крупа рисовая, Творог 9% жирности "Мумукино" 200г. Кисель, Яйцо куриное С-1, Масло растительное подсолнечное, Сахар, Сметана 15% 0,5л., Соль поваренная пищевая, Сметана 15% 0,5л.</i>	ккал-250, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-19	
180/20	Чай с повидлом. <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, повидло яблочное</i>	ккал-53, Углеводы-13	
Обед			
15	Огурец свежий порционный	ккал-2	
200/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом <i>Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Томатная паста "Кухмастер" 1000г., Мясной бульон, Сметана 15% 0,5л., Укроп</i>	ккал-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	
25/140	Жаркое "По-домашнему" <i>Говядина п/ф, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Томатная паста "Кухмастер" 1000г.</i>	ккал-186, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-19	
180	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб "Сельский"	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной.	ккал-51, Белки-2, Углеводы-10	
Полдник			
50	Булочка "Плетенка" <i>Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Яйцо куриное С-1, Сахар, Масло растительное подсолнечное, Дрожжи сухие, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Яйцо куриное С-1, Сахар, Масло растительное подсолнечное</i>	ккал-204, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Кисель из натурального сока <i>Сок фруктовый 1л., Сахар, Крахмал картофельный, Вода питьевая</i>	ккал-168, Углеводы-42	
Ужин			
50	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом. <i>Говядина п/ф, Хлеб пшеничный, Молоко 3,2% пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п, Яйцо куриное С-1, Соль поваренная пищевая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Сухари панировочные, Масло растительное подсолнечное</i>	ккал-111, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
30	Соус томатный. <i>Вода питьевая, Масло растительное подсолнечное, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста "Кухмастер" 1000г., Сахар, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-20, Жиры-1, Углеводы-2	
150	Каша пшеничная рассыпчатая <i>Вода питьевая, Крупа пшено, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Соль поваренная пищевая</i>	ккал-196, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	
200/11	Чай (с сахаром) <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-45, Углеводы-11	
20	Хлеб "Сельский".	ккал-47, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1 724, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-254	134-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Коблесникова Е.Б.