



Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Т.Н.Аврискина  
 С согласован:  
 Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 153/1  
 Меню дневного рациона  
 на 18.08.2021

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
5/15/30	<b>Бутерброд с сыром и маслом сливочным</b> <i>Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г., Сыр, Батон КШП</i>	ккал-163, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-15	
40	<b>Салат из моркови с сахаром.</b> <i>Морковь свежая, Сахар</i>	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
105	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <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	<b>Чай с молоком.</b> <i>Чай, Вода питьевая, Сахар, Вода питьевая, Молоко 3,2 % пастер. 1 л. м.д.ж. ГОСТ ф/п</i>	ккал-105, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	
<b>Обед</b>			
30	<b>Салат из свежих помидоров с перцем болгарским.</b> <i>Томат свежий, Лук зеленый, Перец болгарский, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ккал-23, Жиры-2, Углеводы-1	
200/5/1	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной, укропом</b> <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	<b>Гуляш из отварного мяса говядины</b> <i>Говядина 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	<b>Каша гречневая рассыпчатая.</b> <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	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Сахар, Вода питьевая</i>	ккал-68, Углеводы-17	
30	<b>Хлеб "Сельский"</b>	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ккал-51, Белки-2, Углеводы-10	
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка "Домашняя".</b> <i>Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, Сахар, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Дрожжи сухие, Вода питьевая, Сахар, Яйцо куриное С-1</i>	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	<b>Кисель из натурального сока</b> <i>Сок фруктовый 1л., Сахар, Крахмал картофельный, Вода питьевая</i>	ккал-168, Углеводы-42	
<b>Ужин</b>			
40/40	<b>Рыба тушеная с овощами.</b> <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	
130	<b>Отварной рис</b> <i>Крупа рисовая пропаренная, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-165, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-27	
200/11/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>Чай, Вода питьевая, Вода питьевая, Сахар, Лимон свежий</i>	ккал-46, Углеводы-11	
30	<b>Хлеб "Сельский"</b>	ккал-70, Белки-2, Углеводы-15	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 780, Белки-61, Жиры-59, Углеводы-251	<b>134-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Калесникова Е.Б.