



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Авришкина

ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 153/1  
Меню дневного рациона  
на 23.06.2021

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ  
Детский сад  
г.В. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></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	
30	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>Морковь свежая, Сахар</i>	ккал-15, Углеводы-3	
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><u>Обед</u></b>			
3	<b>Лук зеленый порционно</b>	ккал-1	
200/5/1	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом</b> <i>Капуста белокочанная свежая, Картофель, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Томатная паста "Кухмастер" 1000г., Вода питьевая, Сметана 15% 0,5л., Укроп</i>	ккал-64, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	
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, Томатная паста "Кухмастер" 1000г.</i>	ккал-78, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-2	
130	<b>Каши 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	
40	<b>Хлеб "Сельский".</b>	ккал-94, Белки-3, Углеводы-20	
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ккал-51, Белки-2, Углеводы-10	
<b><u>Полдник</u></b>			
70	<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-257, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-36	
180	<b>Напиток из апельсинов..</b> <i>Апельсины для блюд, Вода питьевая, Сахар</i>	ккал-90, Углеводы-22	
<b><u>Ужин</u></b>			
40/40	<b>Рыба тушеная с овощами.</b> <i>Минтай потрошенный б/з, Морковь свежая, Томатная паста "Кухмастер" 1000г., Лук репчатый, Масло растительное подсолнечное, Соль поваренная пищевая, Вода питьевая</i>	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	<b>Отварной рис.</b> <i>Крупа рисовая пропаренная, Вода питьевая, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное 72,5% крестьянское 180г.</i>	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	<b>Кисель фруктово-ягодный.</b> <i>Сахар, Вода питьевая, Кисель</i>	ккал-121, Углеводы-30	
20	<b>Хлеб "Сельский".</b>	ккал-47, Белки-2, Углеводы-10	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 807, Белки-60, Жиры-61, Углеводы-255	134-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Авришкина Е.Б.