



Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад Технический лицей (дети с аллергией)

Меню дневного рациона  
на 30.10.2023

Согласовано: Рыж  
Директор

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

Завтрак

200	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	-----------------	----------------------

Обед

200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
160	Плов из мяса птицы.	ккал-285, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-34
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11

Ужин

80	Котлеты "Любительские" рыбные (без хлеба и молока)	ккал-79, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-2
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
200	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	ккал-99, Углеводы-25
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

**Итого за день:** ккал-1 191, Белки-34, Жиры-28, Углеводы-201 **179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Зав  
тор

Заведеева О.А.