



Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 18.01.2024

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

5/30 Бутерброд с маслом сливочным. ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15

200/5 Каша пшеничная молочная жидкая с маслом ккал-246, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-36

180 Какао напиток с молоком ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

415

Завтрак 2

100 Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный). ккал-48, Углеводы-12

Обед

15/200/1 Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью ккал-116, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16

80 Котлеты куриные со сметанным соусом ккал-123, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-10

130 Каша гречневая вязкая с маслом сливочным ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18

180 Компот из сухофруктов.. ккал-68, Углеводы-17

40 Хлеб пшеничный. ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

30 Хлеб ржаной. ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

675

Полдник

50 Булочка "Домашняя". ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30

200 Напиток из вишни ккал-73, Углеводы-17

250

Ужин

85 Сосиска отварная с томатным соусом ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2

130 Пюре картофельное с маслом сливочным. ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12

200/15 Чай с повидлом. ккал-40, Углеводы-10

20 Хлеб пшеничный ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

450

Итого за день: ккал-1 748, Белки-53, Жиры-55,  
Углеводы-261

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесников



Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 18.01.2024



Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
150/5	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	ккал-192, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>365</u>			
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный).	ккал-48, Углеводы-12	
<b><u>Обед</u></b>			
20/150/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-98, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-12	
80	Котлеты куриные со сметанным соусом	ккал-123, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-10	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>600</u>			
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150	Напиток из вишни.	ккал-52, Углеводы-13	
<u>200</u>			
<b><u>Ужин</u></b>			
85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
130	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
150/15	Чай с повидлом.	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<u>400</u>			
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 570, Белки-49, Жиры-53, Углеводы-224	<b>179-00</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 18.01.2024

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ



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

Завтрак

200	Каша пшеничная жидкая на воде с маслом растительным	ккал-154, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
150	Яблоки свежие нарезка.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	

Завтрак 2

200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
-----	----------------	--------------------------------	--

Обед

15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-116, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	
50	Котлеты куриные.	ккал-93, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150	Напиток из вишни.	ккал-52, Углеводы-13	

Ужин

85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
180/20	Чай с повидлом.	ккал-53, Углеводы-13	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

**Итого за день:** ккал-1 597, Белки-43, Жиры-39,  
Углеводы-266

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона  
на 18.01.2024

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

И.Н. Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
<b><u>Обед</u></b>			
15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-116, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	
50	Котлеты куриные.	ккал-93, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-7	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>			
150/15	Чай с повидлом.	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Ужин</u></b>			
55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 180, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-188	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова