



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 24.01.2024

Утверждаю:

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

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
200	Суп молочный с гречневой крупой	ккал-160, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8
-----	------------------------------	---------------------

Обед

200/1	Суп картофельный с клёцками и укропом	ккал-85, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12
70	Колобки куриные с соусом сметанным.	ккал-110, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-7
130/15	Каша перловая рассыпчатая с зелёным горошком	ккал-162, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-84, Белки-3, Углеводы-13

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17

Ужин

85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2
130	Капуста тушеная белокочанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
200/9/7	Чай с яблоками и с сахаром	ккал-39, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

Итого за день: ккал-1 724, Белки-48, Жиры-57,
Углеводы-251 179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 24.01.2024

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150	Суп молочный с гречневой крупой	ккал-112, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-13	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
375			

Завтрак 2

150	Напиток из смородины.	ккал-50, Углеводы-12	
-----	-----------------------	----------------------	--

Обед

150/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Колобки куриные с соусом сметанным.	ккал-110, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-7	
130/15	Каша перловая рассычатая с зелёным горошком	ккал-162, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
585			

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150	Напиток из апельсинов	ккал-49, Углеводы-12	
200			

Ужин

85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
130	Капуста тушеная белокачанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
445			

Итого за день: ккал-1 523, Белки-43, Жиры-54,
Углеводы-215

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 24.01.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

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

Завтрак

200	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-160, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-27
180	Какао напиток с сахаром без молока	ккал-47, Углеводы-11
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Колобки куриные.	ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
-----	------------------------	----------------------

Ужин

30	Филе куриное отварное..	ккал-41, Белки-9, Жиры-1
130	Капуста тушеная белокочанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7

Итого за день: ккал-1 073, Белки-27, Жиры-22,
Углеводы-190

179-

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесни



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

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

Меню дневного рациона
на 24.01.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
150	Яблоки свежие нарезка.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Колобки куриные .	ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4
130/20	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным и зеленым горошком	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19
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
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25

Ужин

85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 707, Белки-37, Жиры-48,
Углеводы-279

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.