



утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 30.01.2024



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	
180/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным .	ккал-191, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28	
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	

420

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Макароны отварные с маслом сливочным	ккал-172, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
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	

620

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	

250

Ужин

150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	

450

Итого за день: ккал-1 858, Белки-54, Жиры-59,
Углеводы-275

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186 ясли
 Меню дневного рациона
 на 30.01.2024

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)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	ккал-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
150/7	Чай с молоком	ккал-83, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<u>357</u>			
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
150/1	Суп овощной на бульоне с укропом	ккал-52, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Макароны отварные с маслом сливочным	ккал-172, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
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	
<u>570</u>			
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
150	Напиток клюквенный Школьный..	ккал-46, Углеводы-11	
<u>200</u>			
<u>Ужин</u>			
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	
<u>450</u>			
Итого за день:		ккал-1 819, Белки-54, Жиры-58, Углеводы-269	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

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 30.01.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

200	Каша кукурузная на воде с маслом растительным.	ккал-187, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-33	
180/20	Чай с повидлом.	ккал-53, Углеводы-13	
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 овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Котлеты куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-157, Белки-3, Жиры-5, 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 клюквенный школьный.	ккал-56, Углеводы-14	
-----	------------------------------	----------------------	--

Ужин

25	Филе куриное отварное.	ккал-34, Белки-7	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, 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-1 118, Белки-29, Жиры-25,
Углеводы-196

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 30.01.2024

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)
<u>Завтрак</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша кукурузная на воде с маслом растительным.	ккал-187, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-33	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
150	Яблоки свежие нарезка.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Макароны отварные с растительным маслом	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
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	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
<u>Ужин</u>			
60	Гуляш из филе птицы.	ккал-72, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	
120	Каша пшённая рассыпчатая с маслом растительным	ккал-158, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 839, Белки-44, Жиры-49, Углеводы-303	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.