

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 29.02.2024

Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Стоимость
питания
(руб)

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

345

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

70 *Биточки куриные с томатным соусом*

ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7

170 *Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом свежим порционно*

ккал-157, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26

180 *Компот из сухофруктов..*

ккал-68, Углеводы-17

30 *Хлеб пшеничный..*

ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

30 *Хлеб ржаной.*

ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

695

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-1 745, Белки-48, Жиры-56,
Углеводы-261

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 29.02.2024

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	
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>			

Завтрак 2

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

Обед

20/150/1	Суп картофельный с пюре с рыбой и укропом.	ккал-98, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-12	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130/20	Каша гречневая вязкая с огурцом свежим.	ккал-128, 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>640</u>			

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	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, 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-1 580, Белки-45, Жиры-55,
Углеводы-225

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 29.02.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

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	

Завтрак 2

150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
-----	---------------	-----------------------	--

Обед

15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-116, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, 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	

Полдник

150/15	Чай с повидлом.	ккал-40, Углеводы-10	
--------	-----------------	----------------------	--

Ужин

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	

Итого за день: ккал-1 207, Белки-29, Жиры-38,
Углеводы-188

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
 на 29.02.2024

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

20	Огурец свежий порционно	ккал-2	
15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-116, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, 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-1 626, Белки-41, Жиры-43,
Углеводы-267

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.