



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186
 Меню дневного рациона
 на 15.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Согласовано: Т.Н. Аврискина
 Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-275, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-22	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
50	Яблоки свежие нарезка .	ккал-22, Углеводы-5	
405			
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток клюквенный Школьный .	ккал-31, Углеводы-8	
<u>Обед</u>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
670			
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25	
250			
<u>Ужин</u>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
455			
Итого за день:		ккал-1 780, Белки-54, Жиры-49, Углеводы-281	179-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186 ясли
 Меню дневного рациона
 на 15.03.2024

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)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-275, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
50	Яблоки свежие нарезка.	ккал-22, Углеводы-5	
<u>385</u>			
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток клюквенный Школьный.	ккал-31, Углеводы-8	
<u>Обед</u>			
150/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>590</u>			
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
150	Напиток из апельсинов	ккал-61, Углеводы-16	
<u>200</u>			
<u>Ужин</u>			
30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180/10/7	Чай с сахаром и лимоном	ккал-41, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<u>410</u>			
Итого за день:		ккал-1 570, Белки-50, Жиры-44, Углеводы-241	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Задесникова Е.Б.



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 15.03.2024



Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
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	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
9	Хлебцы без глютена в ассортименте	ккал-34, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

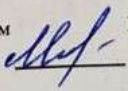
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
-----	------------------------	----------------------	--

Ужин

40	Яйцо варёное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
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-1 129, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-192 179-00

Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

 Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 15.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано: *И.Н. Аврискина*
Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<u>Завтрак 2</u>			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<u>Обед</u>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным и зеленым горошком	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25	
<u>Ужин</u>			
40	Кабачковая икра.	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
150	Вермишель отварная с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
150	Яблоки свежие нарезка.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за день:		ккал-1 712, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-297	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.

Колесникова Е.Б.