



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 07.03.2024

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> | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 200/5 | Каша пшённная молочная жидкая с маслом | ккал-248, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-36 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| <u>430</u> | | | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 200 | Птица тушеная с овощами с огурцом свежим | ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-84, Белки-3, Углеводы-13 | |
| <u>660</u> | | | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 200 | Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный) | ккал-95, Углеводы-23 | |
| <u>250</u> | | | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Оладьи из печени с соусом томатным | ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 130 | Макаронны отварные с маслом сливочным | ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| <u>450</u> | | | |
| Итого за день: | | ккал-1 740, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-294 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 07.03.2024

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

| | | | |
|--------|---|--|--|
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150/5 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом | ккал-224, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |

380

Завтрак 2

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

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 150/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне и укропом | ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8 | |
| 200 | Птица тушеная с овощами с огурцом свежим | ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |

570

Полдник

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 150 | Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный) | ккал-71, Углеводы-17 | |

200

Ужин

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 70 | Оладьи из печени с соусом томатным | ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 130 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |

490

Итого за день: ккал-1 508, Белки-43, Жиры-38,
Углеводы-247

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 07.03.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|--|--|
| 200 | Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 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

| | | | |
|-------|---|--|--|
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |

Уплотненный полдник

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 70 | Оладьи из печени с соусом томатным | ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 150 | Макаронны отварные с растительным маслом | ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 180 | Кисель из чёрной смородины | ккал-104, Углеводы-26 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |

Итого за день: ккал-1 822, Белки-44, Жиры-40,
Углеводы-321

179-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  Калесникова Е.Б.
калькулятор



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 07.03.2024

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

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 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 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным. | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный. | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 9 | Хлебцы без глютена в ассортименте | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |

Полдник

| | | | |
|-----|------------------------------|-----------------------|--|
| 180 | Кисель из сока натурального. | ккал-119, Углеводы-29 | |
|-----|------------------------------|-----------------------|--|

Ужин

| | | | |
|--------|---|---------------------------------------|--|
| 70 | Оладьи из печени с соусом томатным | ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 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-1 223, Белки-30, Жиры-27,
Углеводы-215

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.