



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 24.04.2024

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> | | | |
| 60 | Омлет натуральный. | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 150/5 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 70 | Тефтели из говядины в соусе томатном | ккал-124, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Гороховое пюре, огурец свежий порционно. | ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 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 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 130 | Отварной рис | ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32 | |
| 200/9/7 | Чай с яблоками и с сахаром | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| Итого за день: | | ккал-1 780, Белки-61, Жиры-44, Углеводы-285 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.



утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

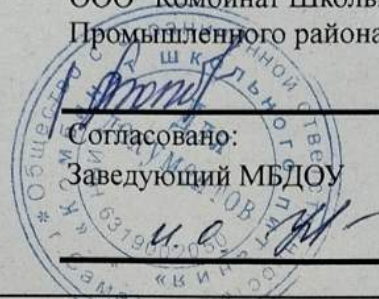
ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона

на 24.04.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 60 | Омлет натуральный. | ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1 | |
| 150/5 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем с укропом | ккал-56, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8 | |
| 70 | Тефтели из говядины в соусе томатном | ккал-124, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Гороховое пюре, огурец свежий порционно. | ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 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 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |
| 150 | Напиток из лимонов.. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 130 | Отварной рис | ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32 | |
| 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-1 633, Белки-58, Жиры-43, Углеводы-252 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



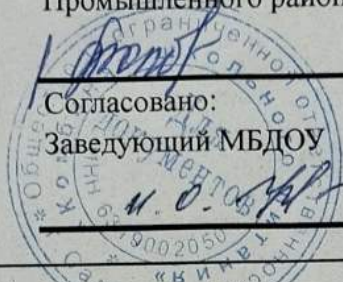
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

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

Меню дневного рациона
на 24.04.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 60 | Омлет на воде с растительным маслом | ккал-88, Белки-6, Жиры-7 | |
| 150 | Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным | ккал-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 100 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-44, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 40 | Тефтели из говядины паровые. | ккал-60, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-5 | |
| 130/20 | Пюре гороховое с маслом растительным и огурцом свежим | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26 | |
| 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 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-97, Углеводы-24 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 80 | Рыба тушеная с овощами. | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 120 | Рис отварной с подсолнечным маслом | ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25 | |
| 200/9/7 | Чай с яблоками и с сахаром | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 662, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-278 | 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 24.04.2024

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

| | | | |
|--------|---|--|--|
| 60 | Омлет на воде с растительным маслом | ккал-88, Белки-6, Жиры-7 | |
| 150 | Каша кукурузная вязкая с малом подсолнечным | ккал-140, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |

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 | |
| 70 | Тефтели из говядины в соусе томатном | ккал-124, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 150 | Напиток лимонный. | ккал-73, Углеводы-18 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |

Полдник

| | | | |
|--------|--------------------------------|------------------------------|--|
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |

Ужин

| | | | |
|--------|------------------------------------|--|--|
| 80 | Рыба тушёная с овощами и томатом | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 100 | Рис отварной с подсолнечным маслом | ккал-131, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |

Итого за день: ккал-1 216, Белки-34, Жиры-36,
Углеводы-190

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова