



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 29.05.2024

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> | | | |
| 5/10/30 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 200 | Суп молочный с вермишелью | ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19 | |
| 200 | Какао напиток с молоком. | ккал-125, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с клёцками и укропом | ккал-85, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12 | |
| 70 | Колобки куриные с соусом сметанным. | ккал-110, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 130 | Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным. | ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 180 | Напиток из шиповника. | ккал-79, Белки-1, Углеводы-19 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-84, Белки-3, Углеводы-13 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Домашняя". | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 | |
| 200 | Напиток из апельсинов. | ккал-67, Углеводы-17 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 85 | Сосиска отварная с томатным соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 130 | Капуста тушеная белокочанная. | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| Итого за день: | | ккал-1 721, Белки-48, Жиры-57, Углеводы-249 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Келесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 29.05.2024

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 | Суп молочный с вермишелью. | ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14 | |
| 180 | Какао напиток с молоком | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1 | Суп картофельный с клёцками и зеленью | ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 70 | Колобки куриные с соусом сметанным. | ккал-110, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 130 | Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным. | ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 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 | Булочка "Домашняя". | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 | |
| 150 | Напиток из апельсинов | ккал-61, Углеводы-16 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 85 | Сосиска отварная с томатным соусом | ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2 | |
| 130 | Капуста тушеная белокочанная . | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 482, Белки-42, Жиры-53, Углеводы-208 | 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 29.05.2024

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> | | | |
| 200 | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным | ккал-160, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-27 | |
| 180 | Какао напиток с сахаром без молока | ккал-47, Углеводы-11 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 40 | Колобки куриные . | ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4 | |
| 150 | Каша кукурузная на воде с маслом растительным | ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 180 | Напиток из шиповника. | ккал-79, Белки-1, Углеводы-19 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 180 | Напиток из апельсинов. | ккал-60, Углеводы-15 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 30 | Филе куриное отварное.. | ккал-41, Белки-9, Жиры-1 | |
| 130 | Капуста тушеная белокочанная . | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 10 | Хлебцы "Рисовые" (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| Итого за день: | | ккал-1 106, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-199 | 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 29.05.2024

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

| | | |
|--------|--|--|
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом растительным. | ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21 |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 |
| 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 | Суп картофельный с зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13 |
| 70 | Колобки куриные с томатным соусом. | ккал-113, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8 |
| 150 | Каша пшеничная вязкая с маслом подсолнечным | ккал-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25 |
| 180 | Напиток из шиповника. | ккал-79, Белки-1, Углеводы-19 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 |

Полдник

| | | |
|-----|-----------------------|--|
| 50 | Булочка "Домашняя". | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 |
| 200 | Напиток из апельсина. | ккал-100, Углеводы-25 |

Ужин

| | | |
|--------|--------------------------------|---------------------------------------|
| 40 | Филе куриное отварное. | ккал-55, Белки-12, Жиры-1 |
| 130 | Капуста тушеная белокочанная . | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 |

Итого за день: ккал-1 586, Белки-43, Жиры-37,
Углеводы-271

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.