



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 14.06.2024

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб ржаной	ккал-84, Белки-3, Углеводы-13	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

**Итого за день:** ккал-1 724, Белки-57, Жиры-45,  
Углеводы-260

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Коресникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона

на 14.06.2024

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	ккал-174, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
150/7/3, 5	Чай со смородиной и сахаром	ккал-30, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
150/1	Рассольник Ленинградский с укропом.	ккал-66, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
120	Пюре картофельное с маслом.	ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
150	Напиток клюквенный Школьный..	ккал-46, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
120	Каша гречневая рассыпчатая	ккал-175, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-27	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 486, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-215	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер,  
калькулятор

Болесникова 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 14.06.2024



Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (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 рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Завтрак 2

200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
-----	----------------	--------------------------------	--

Обед

200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
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

40	Сухарики из пшеничного хлеба	ккал-147, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	

Ужин

70	Гуляш из филе птицы .	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
130	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным .	ккал-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

**Итого за день:** ккал-1 532, Белки-50, Жиры-32,  
Углеводы-259

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е



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 14.06.2024

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Стоимость  
питания  
(руб)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
60	Омлет на воде с растительным маслом	ккал-88, Белки-6, Жиры-7	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Рассольник Ленинградский с рисом и укропом	ккал-89, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-17	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
120	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным .	ккал-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b><u>Полдник</u></b>			
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
150	Напиток клюквенный Школьный..	ккал-46, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы .	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Итого за день: ккал-1 145, Белки-36, Жиры-32,  
Углеводы-182

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесников