



Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврскина

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона
на 20.06.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	ккал-236, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный).	ккал-48, Углеводы-12	
<u>Обед</u>			
15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
80	Котлеты куриные со сметанным соусом	ккал-123, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-10	
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	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Напиток из вишни..	ккал-73, Углеводы-17	
<u>Ужин</u>			
85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 757, Белки-53, Жиры-54, Углеводы-265	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Келесникова Е.Б.



Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 20.06.2024

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 ячневая молочная жидкая с маслом	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный).	ккал-48, Углеводы-12
-----	--	----------------------

Обед

20/150/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом.	ккал-98, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-12
80	Котлеты куриные со сметанным соусом	ккал-123, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-10
130	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, 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

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
150	Напиток из вишни.	ккал-52, Углеводы-13

Ужин

85	Сосиска отварная с томатным соусом	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 563, Белки-48, Жиры-52,
Углеводы-225

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 20.06.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<u>Завтрак 2</u>			
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<u>Обед</u>			
15/200/ 1	Суп картофельный с рыбой и зеленью.	ккал-129, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-19	
50	Котлеты куриные.	ккал-93, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-7	
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	
<u>Полдник</u>			
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<u>Ужин</u>			
55	Сосиска отварная	ккал-143, Белки-6, Жиры-13	
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-1 202, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-194	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 20.06.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

150	Каша ячневая вязкая с маслом растительным	ккал-103, Белки-3, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Завтрак 2

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

Обед

15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
50	Котлеты куриные.	ккал-93, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-7	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
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-197, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	
180	Напиток из вишни.	ккал-80, Углеводы-20	

Ужин

60	Гуляш из филе птицы.	ккал-72, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 537, Белки-49, Жиры-29,
Углеводы-271

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.