



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 07.06.2024

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Аврискина  
 \_\_\_\_\_  
 С согласовано:  
 Заведующий МБДОУС



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	
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-275, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-22	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	
50	Яблоки свежие нарезка .	ккал-22, Углеводы-5	

**Завтрак 2**

100	Напиток клюквенный Школьный .	ккал-31, Углеводы-8	
-----	-------------------------------	---------------------	--

**Обед**

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
145	Каша перловая рассыпчатая с зелёным горошком	ккал-162, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

**Полдник**

50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25	

**Ужин**

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макаронны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

**Итого за день:** ккал-1 748, Белки-53, Жиры-48,  
Углеводы-275

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186 ясли  
Меню дневного рациона  
на 07.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Адрискина

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	
110	Запеканка "Лакомка".	ккал-275, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
50	Яблоки свежие нарезка.	ккал-22, Углеводы-5	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток клюквенный Школьный.	ккал-31, Углеводы-8	
<b><u>Обед</u></b>			
150/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
145	Каша перловая рассыпчатая с зелёным горошком	ккал-162, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
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 "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
150	Напиток из апельсинов	ккал-61, Углеводы-16	
<b><u>Ужин</u></b>			
30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
165	Макаронные отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180/10/7	Чай с сахаром и лимоном	ккал-41, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 568, Белки-50, Жиры-44, Углеводы-241	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Коблесникова 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 07.06.2024



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>			
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	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
200	Сок фруктовый.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Рис отварной с зеленым горошком (с маслом растительным)	ккал-179, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
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	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
<b><u>Ужин</u></b>			
40	Яйцо варёное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
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	
10	Хлебцы "Рисовые" (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 184, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-204	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 07.06.2024

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

**Завтрак**

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-160, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-27	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	

**Завтрак 2**

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

**Обед**

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
40	Котлеты из говядины рубленые с луком	ккал-102, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-6	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным и зеленым горошком	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из черной смородины	ккал-61, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

**Полдник**

50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25	

**Ужин**

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
150	Макароны отварные с растительным маслом	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200/11/ 3,5	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

**Итого за день:** ккал-1 745, Белки-35, Жиры-39, Углеводы-313 **179-00**

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор  Колесникова