



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 02.09.2024

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Завтрак

|        |  |  |  |
|--------|--|--|--|
| 5/30   | Бутерброд с маслом сливочным.              | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 |  |
| 40     | Яйцо отварное                              | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |  |
| 150/5  | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 |  |
| 180/10 | Чай с молоком.                             | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14  |  |

Завтрак 2

|     |                       |                      |  |
|-----|-----------------------|----------------------|--|
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 |  |
|-----|-----------------------|----------------------|--|

Обед

|       |   |  |  |
|-------|---|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом | ккал-112, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17 |  |
| 70    | Биточки куриные с томатным соусом               | ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  |  |
| 130   | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным        | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 |  |
| 180   | Напиток из лимонов свежих                       | ккал-55, Углеводы-14                   |  |
| 40    | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |
| 40    | Хлеб ржаной                                     | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19          |  |

Полдник

|        |                  |  |  |
|--------|------------------|--|--|
| 45     | Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 |  |
| 200/11 | Чай (с сахаром)  | ккал-45, Углеводы-11                   |  |

Ужин

|     |                                       |  |  |
|-----|---------------------------------------|--|--|
| 90  | Тефтели рыбные с соусом.              | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7   |  |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12  |  |
| 200 | Кисель из натурального сока.          | ккал-132, Углеводы-33                  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный.                       | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

**Итого за день:** ккал-1 807, Белки-55, Жиры-51,  
Углеводы-281

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186 ясли  
Меню дневного рациона  
на 02.09.2024

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 5/30                    | Бутерброд с маслом сливочным.                       | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15   |                               |
| 40                      | Яйцо отварное                                       | ккал-63, Белки-5, Жиры-5   |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с<br>маслом       | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21   |                               |
| 180/10                  | Чай с молоком.                                      | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |  |                               |
| 100                     | Напиток из шиповника.                               | ккал-42, Углеводы-10   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 150/1                   | Суп картофельный с горохом на<br>бульоне с укропом. | ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13  |                               |
| 70                      | Биточки куриные с томатным соусом                   | ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  |                               |
| 130                     | Каша гречневая вязкая с маслом<br>сливочным         | ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18   |                               |
| 180                     | Напиток из лимонов свежих                           | ккал-55, Углеводы-14   |                               |
| 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>   |   |  |                               |
| 45                      | Печенье "К кофе"                                    | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35   |                               |
| 150/7                   | Чай с сахаром..                                     | ккал-28, Углеводы-7  |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 90                      | Тефтели рыбные с соусом.                            | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7   |                               |
| 130                     | Пюре картофельное с маслом<br>сливочным.            | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12  |                               |
| 180                     | Кисель из сока натурального.                        | ккал-119, Углеводы-29  |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |   | ккал-1 581, Белки-48, Жиры-49,<br>Углеводы-234                                 | <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 02.09.2024

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>   |   |   |                         |
| 40                      | Яйцо вареное                                      | ккал-63, Белки-5, Жиры-5  |                         |
| 150/5                   | Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным. | ккал-147, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-23                                      |                         |
| 180/10                  | Чай (с сахаром).                                  | ккал-40, Углеводы-10  |                         |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                  | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 100                     | Яблоки свежие нарезка.                            | ккал-44, Углеводы-10  |                         |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |   |                         |
| 200                     | Сок фруктовый в ассортименте.                     | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33  |                         |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                         |
| 200/1                   | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом   | ккал-112, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17                                      |                         |
| 80                      | Шницель из птицы с томатным соусом                | ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8                                       |                         |
| 130                     | Каша гречневая вязкая с маслом растительным       | ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18                                      |                         |
| 180                     | Напиток из лимонов свежих                         | ккал-88, Углеводы-22  |                         |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                  | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |
| 30                      | Хлеб ржаной .                                     | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14   |                         |
| <b><u>Полдник</u></b>   |   |   |                         |
| 50                      | Печенье "К кофе".                                 | ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38                                      |                         |
| 180                     | Чай со смородиной.                                | ккал-35, Углеводы-9   |                         |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |   |                         |
| 90                      | Тефтели рыбные с соусом томатным (без молока)     | ккал-80, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-6  |                         |
| 130                     | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12                                       |                         |
| 180                     | Кисель из сока натурального.                      | ккал-119, Углеводы-29   |                         |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                  | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                       |                         |

Итого за день: ккал-1 803, Белки-50, Жиры-44,  
Углеводы-303

179-00

Зав. производством

Микарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Молесникова 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 02.09.2024

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

| Выход (г)               | Наименование блюда                                | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 40                      | Яйцо отварное.                                    | ккал-63, Белки-5, Жиры-5   |                               |
| 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 (без глютена)                              | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8   |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |  |                               |
| 200                     | Сок фруктовый в ассортименте.                     | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 200/1                   | Суп картофельный с зеленью.                       | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13  |                               |
| 50                      | Шницель из птицы (без хлеба и молока)             | ккал-101, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-3  |                               |
| 120                     | Рис отварной с подсолнечным маслом                | ккал-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25   |                               |
| 180                     | Напиток из лимонов                                | ккал-88, Углеводы-22   |                               |
| 10                      | Хлебцы (без глютена)                              | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8   |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |   |  |                               |
| 10                      | Хлебцы (без глютена)                              | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8   |                               |
| 200                     | Чай со смородиной                                 | ккал-39, Углеводы-10   |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 90                      | Тефтели рыбные с соусом.                          | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7   |                               |
| 130                     | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12  |                               |
| 200/11                  | Чай (с сахаром)                                   | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| 10                      | Хлебцы (без глютена)                              | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8   |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |   | ккал-1 250, Белки-35, Жиры-31,<br>Углеводы-209                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Комисникова Е.Б.