



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186  
Меню дневного рациона  
на 06.09.2024

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

Завтрак

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-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	-----------------	----------------------

Обед

200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16
70	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17

Ужин

70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3
150	Макаронны отварные с маслом	ккал-198, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24

Итого за день:

ккал-1 837, Белки-59, Жиры-45,  
Углеводы-289

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186 ясли  
Меню дневного рациона  
на 06.09.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Г.Н. Аврискина

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-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
150/1	Рассольник Ленинградский с укропом.	ккал-66, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Каша гречневая рассыпчатая.	ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
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 из апельсинов	ккал-61, Углеводы-16	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
120	Макароны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 632, Белки-54, Жиры-43, Углеводы-248	<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 06.09.2024

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 отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
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 (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	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, 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 (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b><u>Полдник</u></b>			
10	Хлебцы (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 (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Итого за день: ккал-1 131, Белки-36, Жиры-30,  
Углеводы-181

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 06.09.2024

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

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
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16
70	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
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
180	Напиток из апельсинов свежих	ккал-93, Углеводы-23

Ужин

70	Гуляш из филе птицы .	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3
130	Макароны отварные с растительным маслом .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 642, Белки-51, Жиры-33,  
Углеводы-284

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.