



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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186
 Меню дневного рациона
 на 14.11.2024

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

Завтрак

| | | | |
|--------|---|--|--|
| 5/30 | Бутиерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150/5 | Каша пшённная молочная жидкая с маслом. | ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-22, Углеводы-5 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|-------------------------------|---------------------------------------|--|
| 100 | Напиток кисломолочный Снежок. | ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 | |
|-----|-------------------------------|---------------------------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|---|--|--|
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком | ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |

Полдник

| | | | |
|-----|------------------------------|--|--|
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |

Ужин

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 70 | Печень по-строгановски с соусом | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |

Итого за день: ккал-1 798, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-295 **179-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Е.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона

на 14.11.2024

| 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 | |
| 150/5 | Каша пшённая молочная жидкая с маслом. | ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| 50 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-22, Углеводы-5 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток кисломолочный Снежок. | ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком. | ккал-52, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 150 | Кисель из натурального сока .. | ккал-99, Углеводы-24 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Печень по-строгановски с соусом | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом 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 | |
| Итого за день: | | ккал-1 613, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-254 | 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 14.11.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

[Signature]

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 200 | Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 50 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-22, Углеводы-5 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. | ккал-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Печень тушёная в соусе, | ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 150 | Пюре гороховое с маслом подсолнечным | ккал-248, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| Итого за день: | | ккал-1 814, Белки-58, Жиры-43, Углеводы-299 | 179-00 |

Зав. производством

[Signature]
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature]
Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Согласовано
 Заведующий МБДОУ
 Г.И. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186 (дети с аллергией)
 Меню дневного рациона
 на 14.11.2024

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

Завтрак

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 200 | Каша пищённая жидкая на воде с растительным маслом | ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 50 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-22, Углеводы-5 | |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | |
|-----|--------------------------------------|--|--|
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. | ккал-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец. | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |

Полдник

| | | | |
|-----|------------------------------|------------------------------|--|
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |

Ужин

| | | | |
|-----|--|---|--|
| 70 | Печень тушёная в соусе (с рисовой мукой) | ккал-118, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-6 | |
| 150 | Пюре гороховое с маслом подсолнечным | ккал-248, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |

Итого за день: ккал-1 464, Белки-48, Жиры-36,
Углеводы-237

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона
на 14.11.2024

| 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 |
| 200/5 | Каша пшённая жидкая на воде с маслом сливочным | ккал-188, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31 |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | |
|-----|--------------------------------------|--|
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. | ккал-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9 |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 |

Полдник

| | | |
|-----|------------------------------|--|
| 50 | Булочка "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 |

Ужин

| | | |
|-----|-------------------------|---|
| 70 | Печень тушёная в соусе, | ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 |
| 150 | Гороховое пюре с маслом | ккал-223, Белки-15, Жиры-4, Углеводы-31 |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-97, Углеводы-24 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 |

Итого за день: ккал-1 883, Белки-60, Жиры-45,
Углеводы-310

179-00

Зав. производством

Микарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186 (дети с аллергией)
 Меню дневного рациона
 на 14.11.2024

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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ
 Т.Н. Аврискина

| 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 | |
| 150/5 | Каша пшённная молочная жидкая с маслом. | ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 50 | Яблоки свежие (нарезка) | ккал-22, Углеводы-5 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом (без томата) | ккал-66, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец (без томата) | ккал-346, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-40 | |
| 180 | Напиток клюквенный школьный | ккал-56, Углеводы-14 | |
| 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 "Вкусная" | ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Печень по-строгановски с соусом | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 150 | Гороховое пюре с маслом | ккал-223, Белки-15, Жиры-4, Углеводы-31 | |
| 200 | Напиток из лимонов. | ккал-61, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| Итого за день: | | ккал-1 748, Белки-56, Жиры-45, Углеводы-280 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
 калькулятор

Колесникова Е.Б.