



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 18.12.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

С.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	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/20	Гороховое пюре, огурец консервированный	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 765, Белки-59, Жиры-42, Углеводы-287	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
 калькулятор

Зеленикова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 18.12.2024

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

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ  
 Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом.	ккал-160, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
150/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком.	ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/20	Гороховое пюре, огурец консервированный	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
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	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
150	Напиток из лимонов..	ккал-46, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
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-1 553, Белки-55, Жиры-39, Углеводы-243	<b>179-00</b>

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер калькуляций Колесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 186 (дети с аллергией)  
Меню дневного рациона  
на 18.12.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

И.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>			
60	Омлет на воде с маслом сливочным.	ккал-85, Белки-6, Жиры-7	
150/5	Каша кукурузная на воде жидкая с маслом сливочным.	ккал-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом	ккал-99, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-7	
130	Гороховое пюре с маслом	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из лимонов.	ккал-97, Углеводы-24	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 730, Белки-57, Жиры-40, Углеводы-286	<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 18.12.2024

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>			
60	Омлет на воде с растительным маслом	ккал-88, Белки-6, Жиры-7	
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 (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
40	Тефтели из говядины без муки	ккал-77, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-3	
150	Пюре гороховое с маслом подсолнечным	ккал-248, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-34	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
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	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-186, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 330, Белки-47, Жиры-35, Углеводы-205	<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 18.12.2024

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

Согласовано: *[Signature]*  
 Заведующий МБДОУ  
*[Signature]*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
60	Омлет на воде с растительным маслом	ккал-88, Белки-6, Жиры-7	
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	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-6	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным и огурцом консервированным	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-186, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 724, Белки-56, Жиры-39, Углеводы-286	<b>179-00</b>

Зав. производством *[Signature]* Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор *[Signature]* Калесникова Е.Б.