



Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186
 Меню дневного рациона
 на 06.12.2024

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	
200/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
-----	------------------	--------------------------------------	--

Обед

200/5/1/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, укропом и чесноком	ккал-62, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша перловая рассыпчатая, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	


Полдник

70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	

Ужин

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макаронь отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 792, Белки-58, Жиры-51, Углеводы-275 179-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор  Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 06.12.2024



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	
150/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
-----	------------------	--------------------------------------	--

Обед

150/5/1/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, укропом и чесноком.	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша перловая рассыпчатая, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
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

70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
150/7	Чай с сахаром..	ккал-28, Углеводы-7	

Ужин

40	Кабачковая икра.	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 544, Белки-51, Жиры-48,
Углеводы-225

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона
на 06.12.2024

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	
200/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом (без томата)	ккал-56, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8	
40	Биточки из говядины с луком	ккал-99, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-6	
130	Каша перловая рассыпчатая с маслом	ккал-159, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27	
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	
<u>Полдник</u>			
70	Запеканка " Лакомка "	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<u>Ужин</u>			
40	Кабачковая икра.	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 633, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-260	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 06.12.2024

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

Завтрак

200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-186, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11	

Ужин

50	Оладьи из печени с рисовой мукой	ккал-104, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-8	
130	Пюре гороховое с маслом растительным.	ккал-203, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-27	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Итого за день: ккал-1 310, Белки-42, Жиры-30,
Углеводы-218

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова 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 06.12.2024

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

30/20	Бутиерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом подсолнечным, кукуруза консервированная	ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	

Ужин

50	Оладьи из печени..	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2	
180	Макароньы отварные с растительным маслом и икрой кабачковой	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 720, Белки-44, Жиры-43,
Углеводы-290

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.