



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 17.01.2025

Утверждено  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Т.Н. Аврискина  
 С одобрено  
 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>			
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 Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
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>			
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	
145	Гороховое пюре, салат из лука репчатого	ккал-213, Белки-14, Жиры-5, 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	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы.	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
150	Макаронные 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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 825, Белки-66, Жиры-46, Углеводы-285	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 17.01.2025

Утверждает  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Производства района

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость платежа (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 Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
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	
145	Гороховое пюре, салат из лука репчатого	ккал-213, Белки-14, Жиры-5, 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	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
150	Напиток из апельсина	ккал-49, Углеводы-12	
<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-1 663, Белки-62, Жиры-44, Углеводы-254	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Молесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 17.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат школьного питания"  
 Промышленного района

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ



*г. Самара*

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 на воде с растительным маслом	ккал-88, Белки-6, Жиры-7	
150/5	Каша рисовая жидкая на воде с маслом сливочным	ккал-128, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	

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

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	

Ужин

60	Гуляш из филе птицы.	ккал-72, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	
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-1 619, Белки-52, Жиры-39, Углеводы-266

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 17.01.2025

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

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
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9

Завтрак 2

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

Обед

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
130	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным.	ккал-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-29
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	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17

Ужин

70	Гуляш из филе птицы (с рисовой мукой)	ккал-87, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-2
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25
180/8/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-35, Углеводы-9
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8

Итого за день: ккал-1 257, Белки-44, Жиры-29,  
Углеводы-208

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 17.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

И. Аврикина

Составлено

Заведующий МБДОУ

Детский сад № 186

Промышленного района

г. Самара

2025

17.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
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>			
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	
145	Пюре гороховое с маслом подсолнечным, салат из лука репчатого	ккал-217, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-28	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	Гуляш из филе птицы .	ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3	
150	Макароны отварные с растительным маслом	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, 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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 641, Белки-61, Жиры-41, Углеводы-257	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Колесникова Е.Б.