



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186
 Меню дневного рациона
 на 20.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Лаврискина



Согласовано
 Заведующий МБДОУ

| 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 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом | ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток кисломолочный Ряженка. | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 45 | Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Суфле рыбное | ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5 | |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| 50 | Хлеб пшеничный. | ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| Итого за день: | | ккал-1 840, Белки-59, Жиры-53, Углеводы-280 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
 калькулятор

Савицкая Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 20.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Иркутская область, Иркутский район, г. Иркутск, ул. Мухоморова, д. 100
Согласовано:
Заведующий МБДОУ



| 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 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом | ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23 | |
| 180/10 | Чай с молоком. | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток кисломолочный Ряженка. | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/1 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом. | ккал-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 45 | Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 150/7 | Чай с сахаром.. | ккал-28, Углеводы-7 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Суфле рыбное | ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5 | |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 180 | Кисель из сока натурального. | ккал-119, Углеводы-29 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 663, Белки-55, Жиры-51, Углеводы-244 | 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 20.01.2025

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Промышленного района
 Т.Н.Аврискина



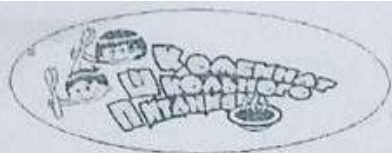
| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150 | Каша пшённная жидкая на воде с растительным маслом. | ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай с сахаром. | ккал-38, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 40 | Рыба припущенная с луком. | ккал-37, Белки-7, Жиры-1 | |
| 150 | Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и с зелёным горошком | ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 200 | Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный) | ккал-95, Углеводы-23 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| Итого за день: | | ккал-1 483, Белки-45, Жиры-34, Углеводы-247 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькуляций

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
 Детский сад 186 (дети с аллергией)
 Меню дневного рациона
 на 20.01.2025

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Самарской области
 Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ
 Самарской области

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

Завтрак

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150 | Каша пшеничная жидкая на воде с растительным маслом. | ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|--------------------------------|--------------------------------------|--|
| 100 | Напиток кисломолочный Ряженка. | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 | |
|-----|--------------------------------|--------------------------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|---|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным. | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |

Полдник

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

Ужин

| | | | |
|-----|---|---------------------------------------|--|
| 50 | Рыба припущенная с луком | ккал-74, Белки-11, Жиры-3 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |

Итого за день: ккал-1 507, Белки-49, Жиры-39,
Углеводы-239

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 20.01.2025

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат школьного питания"
 Промышленного района
 г. Омск, ул. Ленинская, д. 114
 Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

(Handwritten signature)

| 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 | |
| 40 | Яйцо вареное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150/5 | Каша пшеничная жидкая на воде с маслом сливочным | ккал-116, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|------------------------------|---------------------|--|
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
|-----|------------------------------|---------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |

Полдник

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

Ужин

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 40 | Рыба припущенная с луком. | ккал-37, Белки-7, Жиры-1 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом сливочным | ккал-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока | ккал-168, Углеводы-42 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |

Итого за день: ккал-1 462, Белки-44, Жиры-30,
Углеводы-251

179-00

Зав. производством

Микарова Е.Е.

Бухгалтер
калькуляций

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 20.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано
Заведующий МБДОУ



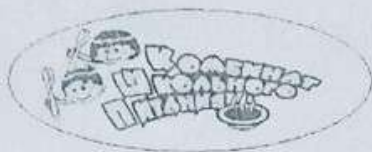
| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150 | Каша пищевая жидкая на воде с растительным маслом. | ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с зеленью. | ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным. | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 50 | Рыба припущенная с луком | ккал-74, Белки-11, Жиры-3 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| Итого за день: | | ккал-1 213, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-196 | 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 20.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат школьного питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



| 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 | |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 | |
| 150 | Каша пшеничная жидкая на воде с растительным маслом. | ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из чёрной смородины. | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью и укропом | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с огурцом консервированным. | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 10 | Хлебцы (без глютена) | ккал-34, Белки-1, Углеводы-8 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) | ккал-45, Углеводы-11 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 50 | Рыба припущенная с луком | ккал-74, Белки-11, Жиры-3 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 490, Белки-46, Жиры-36, Углеводы-243 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.