



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 09.01.2025

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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	
200/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, укропом и чесноком	ккал-62, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	
50/150	Каша перловая рассыпчатая с говядиной тушёной.	ккал-242, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-34	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
<b><u>Ужин</u></b>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макаронные 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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 825, Белки-45, Жиры-45, Углеводы-310	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
 калькулятор

Колесникова



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 09.01.2025

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

Т.Н. Аврискина

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Стоимость  
 питания  
 (руб)

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	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	

Завтрак 2

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

Обед

150/5/1/ 1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, укропом и чесноком.	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
50/150	Каша перловая рассыпчатая с говядиной тушёной.	ккал-242, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-34	
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

50	Печенье "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
150/7/3, 5	Чай со смородиной и сахаром	ккал-30, Углеводы-7	

Ужин

40	Кабачковая икра.	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
165	Макаронны 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-1 580, Белки-39, Жиры-42,  
Углеводы-261

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





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 09.01.2025

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>			
30/20	Бутерброд 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	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
50/150	Каша перловая рассыпчатая с говядиной тушёной (с маслом растительным)	ккал-247, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-33	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Ужин</u></b>			
180	Макаронны 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	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 638, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-301	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Волесникова 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 09.01.2025

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

200	<i>Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным</i>	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180/10	<i>Чай (с сахаром).</i>	ккал-40, Углеводы-10	
10	<i>Хлебцы (без глютена)</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Завтрак 2

200	<i>Сок фруктовый в ассортименте.</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
-----	--------------------------------------	--------------------------------	--

Обед

200/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем и укропом</i>	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
150	<i>Рис с овощами</i>	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
180	<i>Компот из изюма</i>	ккал-102, Углеводы-25	
10	<i>Хлебцы (без глютена)</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

Полдник

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

Ужин

40	<i>Кабачковая икра.</i>	ккал-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	
150	<i>Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным</i>	ккал-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	
200	<i>Напиток клюквенный Школьный</i>	ккал-62, Углеводы-15	
10	<i>Хлебцы (без глютена)</i>	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	

**Итого за день:** ккал-1 123, Белки-16, Жиры-27,  
Углеводы-205

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





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 09.01.2025

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>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	Каша Дружба жидкая на воде с маслом сливочным	ккал-170, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-29	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
50/150	Каша перловая рассыпчатая с говядиной тушёной.	ккал-242, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-34	
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	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Ужин</u></b>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

**Итого за день:** ккал-1 737, Белки-42, Жиры-42,  
Углеводы-298

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.