



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 21.03.2025

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

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	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	

Завтрак 2

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

Обед

200/5/1/	Щи из свежей капусты с картофелем	ккал-62, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	
1	со сметаной, укропом и чесноком		
70	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, 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	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	

Ужин

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	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 774, Белки-58, Жиры-51,
Углеводы-271

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Савицкая Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона
на 21.03.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

М. Аврискина

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	
150/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
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-120, 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	
<u>Полдник</u>			
70	Запеканка "Лакомка "	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
150	Напиток клюквенный школьный ..	ккал-46, Углеводы-11	
<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	Чай с сахаром .	ккал-29, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 532, Белки-51, Жиры-48, Углеводы-222	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Аврискина Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Н. Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 21.03.2025

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	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	

Завтрак 2

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

Обед

200/1/1	Щи из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, 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	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	

Ужин

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
150	Макароны отварные с растительным маслом	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 598, Белки-36, Жиры-35,
Углеводы-284

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Юреникова Е.Б.