



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186  
 Меню дневного рациона  
 на 24.03.2025

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
200/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-212, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28	
180	Чай с молоком.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое..	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	--------------------	--------------------------------------	--

Обед

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	

Полдник

42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
200/9	Чай с сахаром и лимоном	ккал-34, Углеводы-8	

Ужин

80	Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом.	ккал-89, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-126, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

**Итого за день:** ккал-1 833, Белки-52, Жиры-63, Углеводы-264 **179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Шелесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 ясли  
 Меню дневного рациона  
 на 24.03.2025

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

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ  
 Н. Авриксина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
150/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
180	Чай с молоком.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Молоко кипяченое..	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<b><u>Обед</u></b>			
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
150/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом.	ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
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>			
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном...	ккал-30, Углеводы-7	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом.	ккал-89, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-126, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 602, Белки-45, Жиры-59, Углеводы-220	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Авришина  
Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона  
на 24.03.2025

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
200/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-212, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28	
180	Чай с молоком.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое..	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	--------------------	--------------------------------------	--

Обед

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
200/9	Чай с сахаром и лимоном	ккал-34, Углеводы-8	

Ужин

30	Филе куриное отварное..	ккал-41, Белки-9, Жиры-1	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-126, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

**Итого за день:** ккал-1 732, Белки-53, Жиры-59,  
Углеводы-248

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Родионова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ  
 Меню дневного рациона  
 на 24.03.2025

Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 Н. Аврискина  
 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 геркулесовая на воде с маслом подсолнечным.	ккал-165, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<b><u>Обед</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Напиток из лимонов свежих	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Полдник</u></b>			
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200/9	Чай с сахаром и лимоном	ккал-34, Углеводы-8	
<b><u>Ужин</u></b>			
80	Ёжики Морские из рыбы с соусом	ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и кукурузой консервированной	ккал-104, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 552, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-261	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Шлесникова Е.Б.