



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 13.05.2025

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)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
50	Салат из свёклы отварной	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
200/5/1	Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом	ккал-75, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Картофель тушеный	ккал-182, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Молоко кипяченое.	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	
<u>Ужин</u>			
150	Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком.	ккал-299, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-29	
200/8/7	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 791, Белки-62, Жиры-70,
Углеводы-227

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона
на 13.05.2025

утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
-----	-----------------------	----------------------	--

Обед

30	Салат из свеклы отварной	ккал-28, Жиры-2, Углеводы-2	
150/5/1	Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом.	ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8	
150	Картофель тушеный	ккал-182, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
150	Кипяченое молоко	ккал-89, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	

Ужин

150	Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком.	ккал-299, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-29	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 678, Белки-57, Жиры-65,
Углеводы-216

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.

Колесникова Е.Б.