



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 21.05.2025

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

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
40	Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

100	Напиток из апельсинов..	ккал-33, Углеводы-8	
-----	-------------------------	---------------------	--

Обед

200/1	Суп картофельный с клёцками на бульоне и укропом.	ккал-92, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-12	
70	Колобки куриные с томатным соусом..	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
150	Картофельное пюре с маслом, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Молоко кипяченое.	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	

Ужин

80	Сосиска отварная с соусом.	ккал-121, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-2	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1 812, Белки-55, Жиры-69,
Углеводы-243

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.

200 Чай с сахаром

ккал-33, углеводы-8



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 21.05.2025

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16
40	Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Напиток из апельсинов..	ккал-33, Углеводы-8
-----	-------------------------	---------------------

Обед

150/1	Суп картофельный с клецками и зеленью	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9
70	Колобки куриные с томатным соусом..	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6
150	Картофельное пюре с маслом, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
150	Кипяченое молоко	ккал-89, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7

Ужин

80	Сосиска отварная с соусом.	ккал-121, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-2
120	Капуста тушёная	ккал-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 572, Белки-48, Жиры-63,
Углеводы-201

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 21.05.2025

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

Завтрак

40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
180	Вермишель отварная с маслом подсолнечным и икрой кабачковой	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Завтрак 2

100	Апельсин свежий нарезка	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8	
-----	-------------------------	------------------------------	--

Обед

200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
70	Колобки куриные с томатным соусом..	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным и зелёным горошком	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-197, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Ужин

30	Филе куриное отварное..	ккал-41, Белки-9, Жиры-1	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
10	Колобки куриные с томатным соусом..	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	

Итого за день:

ккал-1 519, Белки-48, Жиры-41,
Углеводы-240

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.