



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 10.06.2025

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

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

Завтрак 2

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

Обед

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
130	Картофель тушеный.	ккал-158, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-19
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
200	Молоко кипяченое	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10

Ужин

150	Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком.	ккал-299, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-29
200/10	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-1 793, Белки-61, Жиры-69,
Углеводы-231

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Алексникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 10.06.2025

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

Обед

30	Салат из свёклы 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	
130	Картофель тушеный.	ккал-158, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-19	
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	Молоко кипяченое..	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-1 680, Белки-57, Жиры-64,
Углеводы-219

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 10.06.2025

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>			
180	Вермишель отварная с маслом подсолнечным и икрой кабачковой	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
50	Салат из свёклы отварной	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Картофель тушеный.	ккал-158, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-19	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
<u>Ужин</u>			
160	Плов из мяса птицы.	ккал-285, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-34	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
100	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-44, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1 828, Белки-44, Жиры-59, Углеводы-282	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Белесникова Е.Б.