



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 01.07.2025

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Г.Н. Аврискина

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

Завтрак

10/10/3 0	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	ккал-179, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-16	
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	------------------------	----------------------	--

Обед

200/1 70	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	

Ужин

70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
160	Каша гречневая вязкая с маслом и икрой кабачковой.	ккал-162, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-20	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 816, Белки-57, Жиры-67,
Углеводы-244

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 01.07.2025

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

10/10/3 0	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	ккал-179, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-16	
150/20 180	Вареники из творога со сгущенным молоком Чай с молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43 ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	------------------------	----------------------	--

Обед

150/1 70	Суп полевой с укропом. Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12 ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
130 180	Рагу из овощей Компот из сухофруктов...	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13 ккал-55, Углеводы-14	
20 20	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50 150	Печенье "Детское" Напиток из лимонов свежих..	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 ккал-46, Углеводы-11	
-----------	--	---	--

Ужин

70 160	Печень по-строгановски с соусом Каша гречневая вязкая с маслом и икрой кабачковой.	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 ккал-162, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-20	
180 20	Чай со смородиной. Хлеб пшеничный	ккал-35, Углеводы-9 ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 774, Белки-57, Жиры-66, Углеводы-235 210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Молесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 01.07.2025

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

150	Рис отварной с овощами.	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	

Завтрак 2

100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	------------------------	----------------------	--

Обед

200/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
120	Рагу из овощей.	ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	

Ужин

70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным и икрой кабачковой	ккал-153, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-19	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 550, Белки-41, Жиры-50,
Углеводы-235

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.