



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 10.07.2025

утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

г. Челябинск

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

И. В. Зав.

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

МБДОУ

детский сад № 186

г. Челябинск

С. А. Яковлев

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 ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

15/200/	Суп картофельный с пшеном с рыбой и 1 зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек консервированный.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	

Полдник

70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	

Ужин

80	Сосиска отварная с томатным 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-1 719, Белки-58, Жиры-59,
Углеводы-238

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Яковлева Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 10.07.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

И. В.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
150/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
<u>Обед</u>			
15/150/ 1	Суп картофельный с пшеном с рыбой с укропом.	ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек консервированный.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
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	
<u>Полдник</u>			
70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
150	Напиток клюквенный школьный ..	ккал-46, Углеводы-11	
<u>Ужин</u>			
80	Сосиска отварная с томатным 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-1 433, Белки-50, Жиры-56, Углеводы-179	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 10.07.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

И.В.Р.П.П.

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

Завтрак

200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек консервированный.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
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

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	

Ужин

40	Котлеты куриные..	ккал-86, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-5	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 304, Белки-39, Жиры-33,
Углеводы-212

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Волесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Т.Н. Аврискина
МБДОУ детский сад № 186 городского округа Самара

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

Меню дневного рациона
на 10.07.2025

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

Завтрак

5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

200/1	Суп картофельный с пшеном и укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек консервированный.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
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

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	
200	Морс клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	

Ужин

80	Сосиска отварная с томатным 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	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день: ккал-1 408, Белки-39, Жиры-45,
Углеводы-211

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Болесникова Е.Б.