



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 14.08.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Е.Н. Аврискина

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.
200/5 Каша пшеничная молочная жидкая с
маслом.
180 Чай с молоком

ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29
ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

- 100 Напиток кисломолочный "Снежок".

ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11

Обед

- 200/5/1 Борщ из свежей капусты с
картофелем, сметаной и укропом
200 Птица тушеная с овощами, огурец
консервированный.
180 Напиток из апельсинов.
40 Хлеб пшеничный.
30 Хлеб ржаной.

ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18
ккал-60, Углеводы-15
ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

- 50 Булочка "Плетенка".
200 Сок фруктовый в ассортименте.

ккал-175, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29
ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

Ужин

- 50 Икра морковная.
160 Рыба запеченная в омлете
200/10 Чай с сахаром и лимоном.
30 Хлеб пшеничный..

ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5
ккал-34, Углеводы-8
ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

Итого за день: ккал-1 741, Белки-69, Жиры-53,
Углеводы-246

210-

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

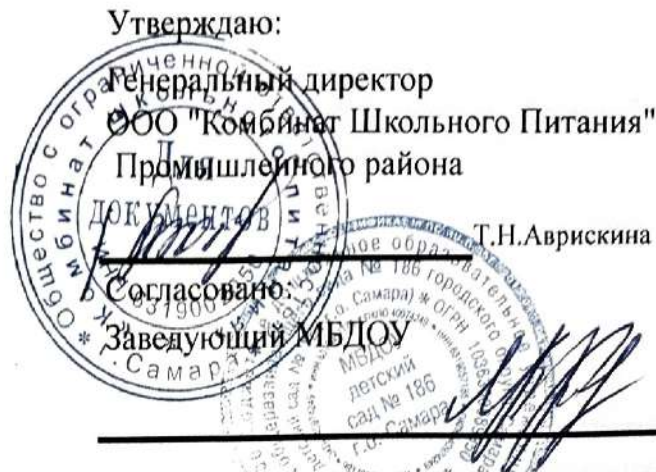
Завед.



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона
на 14.08.2025



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
150/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом сливочным.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<u>Обед</u>			
150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
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	Булочка "Плетенка".	ккал-175, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29	
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
160	Рыба запеченная в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 554, Белки-65, Жиры-50, Углеводы-210	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 (дети с аллергией) исключение рыбы

Меню дневного рациона
на 14.08.2025

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 пшённная молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
-----	-------------------------------	---------------------------------------	--

Обед

200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Булочка "Плетенка".	ккал-175, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	

Ужин

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 627, Белки-51, Жиры-50,
Углеводы-244

210-

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Завед



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 14.08.2025

утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н. Аврискина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ
г. Самара

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

150	Яблоки свежие нарезка.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
-----	------------------------	---------------------------------------

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Птица тушеная с овощами (без сметаны), огурец консервированный	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17
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

Полдник

10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29

Ужин

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
60	Рыба припущенная с луком,	ккал-46, Белки-10, Жиры-1
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

Итого за день: ккал-1 328, Белки-43, Жиры-28,
Углеводы-225

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заве.