



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 19.08.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

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	
200	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	-------------------	--------------------------------------	--

Обед

200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью.	ккал-75, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9	
70	Котлеты куриные с соусом томатным	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Картофель отварной с маслом, томат свежий	ккал-89, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
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

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	

Ужин

150	Вареники ленивые отварные со сметаной.	ккал-283, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-21	
200/3,5	Чай с сахаром, лимоном.	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 751, Белки-58, Жиры-61,
Углеводы-241

210-00

Зав. производством

Макарова Е. И.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 19.08.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Составлено:

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	
150	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	-------------------	--------------------------------------	--

Обед

150/5/1	Суп овощной со сметаной и укропом	ккал-53, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7	
70	Котлеты куриные с соусом томатным	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Картофель отварной с маслом, томат свежий	ккал-89, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
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	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	

Ужин

150	Вареники ленивые отварные со сметаной.	ккал-283, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-21	
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-1 568, Белки-52, Жиры-59,
Углеводы-206

210-00

Зав. производством

Макарова Е. Э.

Бухгалтер-калькулятор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 19.08.2025

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аврискина
Составлено:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

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	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15

Завтрак 2

100	Напиток клюквенный Школьный.	ккал-31, Углеводы-8
-----	------------------------------	---------------------

Обед

20	Томат свежий порционно	ккал-4, Углеводы-1
200	Суп овощной	ккал-60, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
70	Котлеты куриные с соусом томатным	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
130	Картофель отварной с маслом растительным.	ккал-109, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16
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

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

Ужин

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

Итого за день: ккал-1 787, Белки-41, Жиры-53,
Углеводы-215

210-00

Зав. производством

Макарова Е. Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.