



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона
на 20.08.2025

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, Белк 4-5, Жиры-7, Углеводы-15
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белк 4-11, Жиры-13, Углеводы-2
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8

Завтрак 2

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

Обед

200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белк 4-6, Жиры-7, Углеводы-9
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белк 4-13, Жиры-4, Углеводы-28
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белк 4-4, Жиры-2, Углеводы-37
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белк 4-1, Углеводы-24

Ужин

80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белк 4-10, Жиры-7, Углеводы-2
150	Отварной рис.	ккал-190, Белк 4-4, Жиры-5, Углеводы-32
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 725, Бел ки-63, Жиры-53,
Углеводы-247

210-00

Зав. производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Исключенного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона

на 20.08.2025



Согласовано
агентствующий МЕДОУ

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белк 4-5, Жиры-7, Углеводы-15
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белк 4-11, Жиры-13, Углеводы-2
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

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

Обед

150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белк 4-6, Жиры-7, Углеводы-9
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белк 4-13, Жиры-4, Углеводы-28
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белк 4-4, Жиры-2, Углеводы-37
150	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14

Ужин

80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белк 4-10, Жиры-7, Углеводы-2
120	Отварной рис	ккал-152, Белк 4-3, Жиры-4, Углеводы-25
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 621, Бел ки-61, Жиры-51, Углеводы-227

210-00

Зав.производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Заведеева О.А.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 20.08.2025

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

Завтрак

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белк 4-9, Жиры-11, Углеводы-1
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15

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
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белк 4-5, Жиры-6, Углеводы-7
150	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белк 4-13, Жиры-4, Углеводы-26
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белк 4-4, Жиры-2, Углеводы-37
180	Напиток из плодов шиповника.	ккал-111, Белк 1-1, Углеводы-27

Ужин

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белк 4-10, Жиры-7, Углеводы-2
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-158, Белк 4-3, Жиры-5, Углеводы-25
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Итого за день: ккал-1 576, Бел ки-54, Жиры-43,
Углеводы-241

210-00

Зав.производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.



Утверждаю:

Генеральный директор
ОСГО "Комбинат Школьного Питания"

Для промышленного района

Согласовано: Т.Н. Аврискина

Согласовано: аведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 (дети с аллергией) исключение рыбы

Меню дневного рациона
на 20.08.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин ы (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белк 4-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белк 4-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белк 4-6, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белк 4-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белк 4-4, Жиры-2, Углеводы-37	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белк 4-1, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
60	Гуляш из филе птицы.	ккал-72, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белк 4-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 724, Бел ки-65, Жиры-48, Углеводы-257	210-00

Зав.производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.