



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона
на 21.08.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Томского промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белк 1-2, Жиры-8, Углеводы-16
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белк 1-6, Жиры-7, Углеводы-35
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белк 1-4, Жиры-4, Углеводы-16

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, Белк 1-5, Жиры-3, Углеводы-12
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек консервированный.	ккал-200, Белк 1-9, Жиры-11, Углеводы-15
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белк 1-5, Жиры-1, Углеводы-30
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки 3, Углеводы-19

Полдник

70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белк 1-12, Жиры-8, Углеводы-14
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14

Ужин

80	Сосиска отварная с томатным соусом.	ккал-121, Белк 1-5, 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, Белк 1-4, Жиры-1, Углеводы-24

Итого за день: ккал-1 719, Белки-58, Жиры-59, Углеводы-238

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Н.

Бухгалтер-калькуля

Заведующий



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186 ясли

Меню дневного рациона
на 21.08.2025

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

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белк 1-2, Жиры-8, Углеводы-16
150/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-185, Белк 1-5, Жиры-6, Углеводы-27
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белк 1-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

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

Обед

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, Белк 1-9, 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

Полдник

70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белк 1-12, Жиры-8, Углеводы-14
150	Напиток клюквенный школьный ..	ккал-46, Углеводы-11

Ужин

80	Сосиска отварная с томатным соусом.	ккал-121, Белк 1-5, 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, Бел ки-50, Жиры-56,
Углеводы-179

210-00

Зав. производством

Макарова Е.В.

Бухгалтер-калькуля
тор

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 21.08.2025

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Ис. промышленного района
Документов
Т.Н. Аврискина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин А (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			
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
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-1 286, Белки-48, Жиры-30, Углеводы-207	210-00

Зав.производством

Макарова Е.Н.

Бухгалтер-калькулятор

Заведующая О.А.