



ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 186

Меню дневного рациона

на 26.08.2025

Утверждаю:



Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

10/10/3 0	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	ккал-179, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-16	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Чай с молоком..	ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
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

50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	

Ужин

70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Каша гречневая вязкая с огурцом свежим.	ккал-128, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
200	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	

Итого за день: ккал-1 805, Белки-49, Жиры-62,
Углеводы-260

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

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 ясли
Меню дневного рациона
на 26.08.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/10/3 0	Бутерброд с сыром и сливочным маслом.	ккал-179, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-16	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
150/1	Суп полевой с укропом.	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
120	Рагу из овощей.	ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11	
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>			
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
150	Напиток из лимонов свежих..	ккал-46, Углеводы-11	
<u>Ужин</u>			
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
150	Каша гречневая вязкая с огурцом свежим.	ккал-128, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
Итого за день:		ккал-1 679, Белки-46, Жиры-57, Углеводы-242	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля
тор

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 26.08.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Рис отварной с овощами.	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Яблоки свежие нарезка.	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
120	Рагу из овощей.	ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
<u>Ужин</u>			
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий	ккал-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
Итого за день:		ккал-1 512, Белки-40, Жиры-48, Углеводы-229	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Заведсва О.А.