



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186
Меню дневного рациона
на 25.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

И.А. Лаврицкий

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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	
200/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
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>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушёная с овощами, томат свежий	ккал-169, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-22	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
<u>Ужин</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
160	Рыба запеченная в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Итого за день:		ккал-1 761, Белки-72, Жиры-53, Углеводы-249	210-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор  Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 ясли
Меню дневного рациона
на 25.09.2025

утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

эп. 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
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

Завтрак 2

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

Обед

150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
200	Птица тушёная с овощами, томат свежий	ккал-169, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24

Ужин

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-16

Итого за день: ккал-1 574, Белки-67, Жиры-49,
Углеводы-214

210-00

Зав. производством

Микорова Е.Е.

Бухгалтер
каль.кул.тар

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ+яйцо

Меню дневного рациона
на 25.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат школьного питания"
Промышленного района

Согласовано
Заведующий МБДОУ

Согласовано
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

150	Каша пшенная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Завтрак 2

150	Апельсин свежий нарезка	ккал-57, Белки-1, Углеводы-12	
-----	-------------------------	-------------------------------	--

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), томат свежий	ккал-158, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	

Ужин

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
50	Рыба припущенная с луком	ккал-38, Белки-8	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 461, Белки-45, Жиры-27,
Углеводы-260

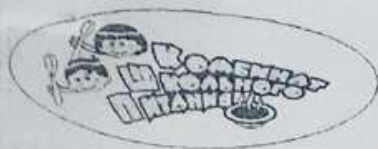
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 186 (дети с аллергией) БКМ
Меню дневного рациона
на 25.09.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат школьного питания"
Промышленного района
Авриский
Согласовано
Заведующий МБДОУ



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

Завтрак

150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Завтрак 2

150	Апельсин свежий нарезка	ккал-57, Белки-1, Углеводы-12
-----	-------------------------	-------------------------------

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), томат свежий	ккал-158, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-18
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

Ужин

30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3
40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Итого за день: ккал-1 423, Белки-49, Жиры-33,
Углеводы-233

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Жолтеникова Е.Б.