



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149  
Меню дневного рациона  
на 03.06.2024

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискина

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

Завтрак

|       |                                       |  |  |
|-------|---------------------------------------|--|--|
| 5/30  | Бутерброд с маслом сливочным.         | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 |  |
| 40    | Яйцо вареное                          | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |  |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая с маслом. | ккал-170, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-24 |  |
| 180   | Какао напиток с молоком               | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |  |

Завтрак 2

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

Обед

|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом | ккал-108, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18   |  |
| 200   | Плов из птицы с огурцом консервированным.          | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 |  |
| 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

|        |                   |  |  |
|--------|-------------------|--|--|
| 50     | Печенье "К кофе". | ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38 |  |
| 200/11 | Чай (с сахаром)   | ккал-45, Углеводы-11                   |  |

Ужин

|     |   |  |  |
|-----|---|--|--|
| 80  | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным | ккал-63, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-3   |  |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным.           | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12  |  |
| 200 | Кисель из натурального сока.                    | ккал-132, Углеводы-33                  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 |  |

Итого за день: ккал-1 857, Белки-57, Жиры-54,  
Углеводы-286

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149 ясли  
Меню дневного рациона  
на 03.06.2024

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Завтрак

|       |                                       |  |
|-------|---------------------------------------|--|
| 5/30  | Бутерброд с маслом сливочным.         | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 |
| 40    | Яйцо вареное                          | ккал-63, Белки-5, Жиры-5               |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая с маслом. | ккал-170, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-24 |
| 180   | Какао напиток с молоком               | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |

Завтрак 2

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

Обед

|       |   |  |
|-------|---|--|
| 150/1 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне с укропом. | ккал-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14    |
| 200   | Плов из птицы с огурцом консервированным.           | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38 |
| 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             |

Полдник

|       |                   |  |
|-------|-------------------|--|
| 50    | Печенье "К кофе". | ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38 |
| 150/7 | Чай с сахаром..   | ккал-28, Углеводы-7                    |

Ужин

|     |   |                                       |
|-----|---|---------------------------------------|
| 80  | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным | ккал-63, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-3  |
| 120 | Пюре картофельное с маслом.                     | ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11 |
| 180 | Кисель из сока натурального.                    | ккал-119, Углеводы-29                 |
| 20  | Хлеб пшеничный                                  | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 |

Итого за день: ккал-1 673, Белки-52, Жиры-52,  
Углеводы-248

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149 сотрудники  
Меню дневного рациона  
на 03.06.2024

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

Обед

160 Плов из мяса птицы.

ккал-285, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-34

150 Компот из сухофруктов...

ккал-57, Углеводы-14

20 Хлеб ржаной.

ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

**Итого за день:** ккал-384, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-55 **40-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.