



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149  
Меню дневного рациона  
на 09.06.2025

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                         |                                                                                |                               |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным                            | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                         |                               |
| 40                      | Яйцо отварное                                           | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                       |                               |
| 150/5                   | Каша манная молочная жидкая со<br>сливочным маслом      | ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23                                         |                               |
| 180                     | Чай с молоком                                           | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12                                          |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                         |                                                                                |                               |
| 100                     | Напиток кисломолочный Ряженка.                          | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                         |                                                                                |                               |
| 10/200/<br>1            | Суп картофельный с вермишелью,<br>цыплятами и зеленью.. | ккал-132, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18                                         |                               |
| 200                     | Плов из птицы с огурцом<br>консервированным             | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38                                       |                               |
| 180                     | Компот из сухофруктов...                                | ккал-55, Углеводы-14                                                           |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                        | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                          |                               |
| 20                      | Хлеб ржаной.                                            | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7                                                   |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                         |                                                                                |                               |
| 50                      | Печенье "Нежное"                                        | ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24                                        |                               |
| 200                     | Чай с сахаром                                           | ккал-33, Углеводы-8                                                            |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                         |                                                                                |                               |
| 70                      | Суфле рыбное                                            | ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5                                         |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом и огурцом<br>свежим          | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                         |                               |
| 200                     | Кисель из натурального сока.                            | ккал-132, Углеводы-33                                                          |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                        | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                         | ккал-1 791, Белки-59, Жиры-64,<br>Углеводы-243                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149 ясли  
Меню дневного рациона  
на 09.06.2025

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Априксина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

| Выход (г)               | Наименование блюда                                     | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                        |                                                                                |                               |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным                           | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                         |                               |
| 40                      | Яйцо отварное                                          | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                       |                               |
| 150/5                   | Каша манная молочная жидкая со<br>сливочным маслом     | ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23                                         |                               |
| 180                     | Чай с молоком                                          | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12                                          |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                        |                                                                                |                               |
| 100                     | Напиток кисломолочный Ряженка.                         | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                        |                                                                                |                               |
| 8/150/1                 | Суп картофельный с вермишелью,<br>цыплятами и укропом. | ккал-100, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-14                                         |                               |
| 200                     | Плов из птицы с огурцом<br>консервированным            | ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38                                       |                               |
| 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                                                   |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                        |                                                                                |                               |
| 50                      | Печенье "Нежное"                                       | ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24                                        |                               |
| 180                     | Чай с сахаром.                                         | ккал-29, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                        |                                                                                |                               |
| 70                      | Суфле рыбное                                           | ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5                                         |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом и огурцом<br>свежим         | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                         |                               |
| 180                     | Кисель из сока натурального.                           | ккал-119, Углеводы-29                                                          |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                         | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                        | ккал-1 683, Белки-56, Жиры-62,<br>Углеводы-222                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.