



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149  
Меню дневного рациона  
на 18.12.2023

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость  
питания  
(руб)

| 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>   |   |  |                               |
| 5/30                    | Бутерброд с маслом сливочным.                   | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15   |                               |
| 200/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом      | ккал-223, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29   |                               |
| 180/10                  | Чай с молоком.                                  | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |  |                               |
| 100                     | Напиток из шиповника.                           | ккал-42, Углеводы-10   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 200/1                   | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом | ккал-112, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-17   |                               |
| 80                      | Шницель из птицы с томатным соусом              | ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8  |                               |
| 150                     | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным.  | ккал-219, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-34   |                               |
| 180                     | Напиток клюквенный школьный.                    | ккал-56, Углеводы-14   |                               |
| 40                      | Хлеб пшеничный.                                 | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24   |                               |
| 40                      | Хлеб ржаной                                     | ккал-84, Белки-3, Углеводы-13  |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |   |  |                               |
| 40                      | Гренки из батона                                | ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18   |                               |
| 200/11                  | Чай (с сахаром)                                 | ккал-45, Углеводы-11   |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 90                      | Тефтели рыбные с соусом.                        | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7   |                               |
| 130                     | Пюре картофельное с маслом сливочным.           | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12  |                               |
| 200                     | Кисель из вишни (фруктово-ягодный)              | ккал-119, Углеводы-30  |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18  |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |   | ккал-1 748, Белки-56, Жиры-46,<br>Углеводы-275                                 | <b>179-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 149 ясли

Меню дневного рациона

на 18.12.2023

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 |  |
| 150/5  | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | ккал-173, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 |  |
| 180/10 | Чай с молоком.                             | ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14  |  |

Завтрак 2

|     |                       |                      |  |
|-----|-----------------------|----------------------|--|
| 100 | Напиток из шиповника. | ккал-42, Углеводы-10 |  |
|-----|-----------------------|----------------------|--|

Обед

|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| 150/1 | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом. | ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13  |  |
| 80    | Шницель из птицы с томатным соусом               | ккал-126, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-8  |  |
| 130   | Каша гречневая рассыпчатая.                      | ккал-184, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-30 |  |
| 180   | Напиток клюквенный школьный.                     | ккал-56, Углеводы-14                   |  |
| 20    | Хлеб пшеничный                                   | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12  |  |
| 20    | Хлеб ржаной.                                     | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7           |  |

Полдник

|        |                  |  |  |
|--------|------------------|--|--|
| 40     | Гренки из батона | ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18 |  |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10                   |  |

Ужин

|     |                                       |                                       |  |
|-----|---------------------------------------|---------------------------------------|--|
| 90  | Тефтели рыбные с соусом.              | ккал-84, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-7  |  |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 |  |
| 180 | Кисель из вишни (фруктово-ягодный)    | ккал-88, Углеводы-22                  |  |
| 20  | Хлеб пшеничный                        | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 |  |

Итого за день: ккал-1 467, Белки-47, Жиры-41,  
Углеводы-225

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.