



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149
Меню дневного рациона
на 19.01.2024

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
180/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом.	ккал-210, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	

Завтрак 2

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

Обед

200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ккал-73, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
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	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	

Ужин

150/15	Лепешки с творогом со сгущённым молоком	ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
75	Яблоки свежие нарезка.	ккал-33, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 801, Белки-53, Жиры-54,
Углеводы-275

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149
Меню дневного рациона
на 19.01.2024

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
180/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом.	ккал-210, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31	
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	

Завтрак 2

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

Обед

200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ккал-73, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
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	Чай со смородиной	ккал-39, Углеводы-10	

Ужин

150/15	Лапшевник с творогом со сгущённым молоком	ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
75	Яблоки свежие нарезка.	ккал-33, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 801, Белки-53, Жиры-54,
Углеводы-275

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 149 ясли
Меню дневного рациона
на 19.01.2024

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Молоко кипяченое..	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<u>Обед</u>			
150	Щи из свежей капусты с картофелем.	ккал-57, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130/20	Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком	ккал-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
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 "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
150/7/3, 5	Чай со смородиной и сахаром	ккал-30, Углеводы-7	
<u>Ужин</u>			
150/15	Лапшевник с творогом со сгущённым молоком	ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
75	Яблоки свежие нарезка.	ккал-33, Углеводы-7	
Итого за день:		ккал-1 692, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-253	179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.