



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149  
Меню дневного рациона  
на 31.10.2023

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
200/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным.	ккал-209, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	-----------------	----------------------

Обед

200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
130/30	Каша пшеничная вязкая со свеклой отварной	ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15

Ужин

150	Вареники ленивые отварные с соусом молочным.	ккал-261, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-24
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7

Итого за день: ккал-1 799, Белки-54, Жиры-59,  
Углеводы-262

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 149 ясли  
Меню дневного рациона  
на 31.10.2023

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	
150/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	ккал-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
180/10	Чай с молоком.	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
-----	-----------------	----------------------	--

Обед

150/1	Суп овощной на бульоне с укропом	ккал-52, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7	
70	Биточки куриные с томатным соусом	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130/30	Каша пшеничная вязкая со свеклой отварной	ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
180	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
150	Напиток клюквенный Школьный..	ккал-46, Углеводы-11	

Ужин

150	Вареники ленивые отварные с соусом молочным.	ккал-261, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-24	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
70	Яблоки свежие нарезка.	ккал-31, Углеводы-7	

Итого за день: ккал-1 726, Белки-52, Жиры-58,  
Углеводы-246

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.