



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 19.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Г.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> | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150 | Запеканка из творога с рисом со сметаной. | ккал-309, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Напиток из лимонов свежих. | ккал-31, Углеводы-8 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп полевой на бульоне с укропом | ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 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 | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 50 | Икра кабачковая. | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 170 | Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным | ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 40 | Гренки из батона | ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 644, Белки-54, Жиры-56, Углеводы-228 | 179-00 |

Зав. производством *Ма* Макарова Е.Е.

Бухгалтер - *Е.Б.*
калькулятор Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 19.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

[Signature]
Т.Т. Аврискина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

[Signature]

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

Завтрак

| | | | |
|--------|--|--|--|
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150 | Запеканка из творога с рисом со сметаной (на яичном белке) | ккал-303, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|----------------------------|---------------------|--|
| 100 | Напиток из лимонов свежих. | ккал-31, Углеводы-8 | |
|-----|----------------------------|---------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|----------------------------------|--|--|
| 200/1 | Суп полевой на бульоне с укропом | ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 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 | |

Уплотненный полдник

| | | | |
|-----|---|---|--|
| 50 | Икра кабачковая. | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 170 | Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным | ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |

Итого за день: ккал-1 516, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-210 **179-00**

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature]

Комесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 19.03.2024

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> | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 150 | Запеканка из творога с рисом со сметаной (без яиц) | ккал-308, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-24 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп полевой на бульоне с укропом | ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Компот из изюма | ккал-102, Углеводы-25 | |
| 40 | Хлеб пшеничный. | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 30 | Икра кабачковая. | ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2 | |
| 165 | Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным. | ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35 | |
| 200/11/ 3,5 | Чай с лимоном и сахаром. | ккал-46, Углеводы-11 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 711, Белки-53, Жиры-50, Углеводы-263 | 179-00 |

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор  Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 19.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Т.И. Аврискина



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 150 | Каша кукурузная на воде с маслом растительным | ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| 9 | Хлебцы без глютена в ассортименте | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп полевой на бульоне с укропом | ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 180 | Компот из сухофруктов.. | ккал-68, Углеводы-17 | |
| 9 | Хлебцы без глютена в ассортименте | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 30 | Икра кабачковая. | ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2 | |
| 130 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 100 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-44, Углеводы-10 | |
| 9 | Хлебцы без глютена в ассортименте | ккал-34, Белки-1, Углеводы-7 | |
| Итого за день: | | ккал-1 147, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-196 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
Детский сад 138 (дети с аллергией)
Меню дневного рациона
на 19.03.2024

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Аврискина



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 150 | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным. | ккал-95, Белки-2, Углеводы-22 | |
| 180/10 | Чай (с сахаром). | ккал-40, Углеводы-10 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 200 | Сок фруктовый. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/1 | Суп полевой на бульоне с укропом | ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16 | |
| 200 | Плов из птицы, свежий огурец | ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41 | |
| 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 | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 50 | Икра кабачковая. | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 50 | Филе куриное отварное. | ккал-68, Белки-15, Жиры-1 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом растительным | ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 40 | Сухарики из пшеничного хлеба | ккал-147, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30 | |
| 200 | Чай со смородиной | ккал-39, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| Итого за день: | | ккал-1 631, Белки-50, Жиры-36, Углеводы-276 | 179-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Болшеникова Е.Б.