



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 138 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 13.11.2024

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района  
 г.о. Самара  
 Е.Н. Аврискина

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Апельсин свежий нарезка	ккал-38, Белки-1, Углеводы-8
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Колобки куриные .	ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4
150	Каша пшеничная вязкая с маслом подсолнечным, зелёный горошек консервированный	ккал-151, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-22
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
40	Филе куриное отварное.	ккал-55, Белки-12, Жиры-1
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
200	Напиток из вишни	ккал-73, Углеводы-17
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

**Итого за день:** ккал-1 372, Белки-47, Жиры-37, Углеводы-214 **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 13.11.2024

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
<b><u>Завтрак</u></b>		
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из вишни.	ккал-45, Углеводы-11
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Колобки куриные .	ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4
130	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным	ккал-144, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
200	Напиток из апельсина.	ккал-100, Углеводы-25
45	Хлеб пшеничный .	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27

**Итого за день:** ккал-1 695, Белки-54, Жиры-45, Углеводы-269 **179-00**

Зав. производством \_\_\_\_\_ Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

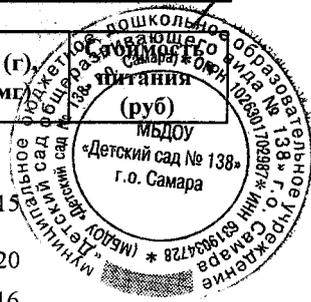
Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией)

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона  
на 13.11.2024

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г) витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
200	Суп молочный с гречневой крупой	ккал-160, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из вишни	ккал-35, Углеводы-9
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
70	Колобки куриные с соусом сметанным.	ккал-122, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-7
130	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным.	ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
85	Сосиска отварная с соусом.	ккал-132, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 517, Белки-44, Жиры-51, Углеводы-220



Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.

179-00



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

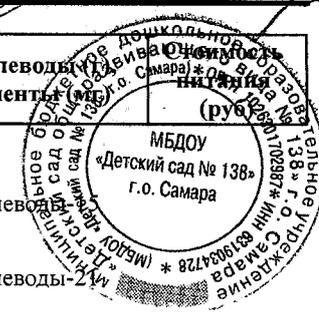
Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона  
на 13.11.2024

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Цена (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-140, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из вишни	ккал-35, Углеводы-9	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	
70	Колобки куриные с соусом сметанным.	ккал-122, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-7	
130	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным.	ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8	



Итого за день: ккал-1 395, Белки-49, Жиры-35,  
Углеводы-221

179-00

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 138 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 13.11.2024

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
200	Суп молочный с гречневой крупой	ккал-160, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из вишни	ккал-35, Углеводы-9
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Суп картофельный с клёцками и укропом	ккал-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11
70	Колобки куриные с соусом сметанным.	ккал-122, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-7
130	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным.	ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
85	Сосиска отварная с соусом.	ккал-132, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
45	Хлеб пшеничный.	ккал-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27

**Итого за день:** ккал-1 651, Белки-45, Жиры-56,  
Углеводы-243

**179-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.





Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Г.Н. Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией)

Меню дневного рациона  
на 13.11.2024

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
10/5	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	ккал-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8
200	Суп молочный с гречневой крупой	ккал-160, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из вишни.	ккал-45, Углеводы-11
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Суп картофельный с зеленью.	ккал-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
40	Колобки куриные.	ккал-87, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4
150	Каша кукурузная с овощами	ккал-129, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
60	Филе куриное тушёное с овощами ..	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2
130	Рагу из овощей (без муки)	ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8

**Итого за день:** ккал-979, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-154

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Кисеникова Е.Б.