



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией)  
Меню дневного рациона  
на 30.01.2025

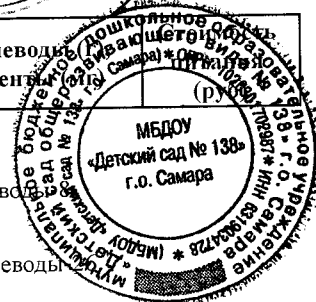
Утверждаю:

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), жиры (г), сахара (г), соли (г), витамины (мг), микроэлементы
<b><u>Завтрак</u></b>		
10/5	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	ккал-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11
150/5	Каша пшённная молочная жидкая с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-35
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
50	Оладьи из печени с рисовой мукой	ккал-104, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-8
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 125, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-174
		<b>179-00</b>



Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

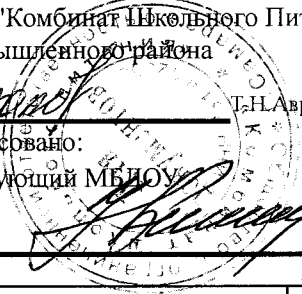
Т.Н. Аврискина

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

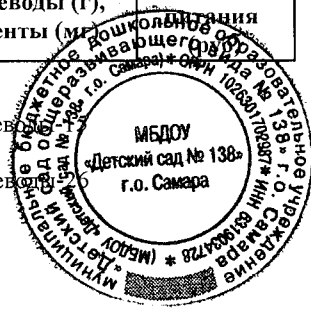
Меню дневного рациона  
на 30.01.2025

Согласовано:

Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость в рублях
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углевод-	
150/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углевод-	
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10	
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
70	Оладьи из печени с соусом томатным	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
50	Булочка "Вкусная"	ккал-169, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 544, Белки-45, Жиры-39, Углеводы-252	<b>179-00</b>



Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



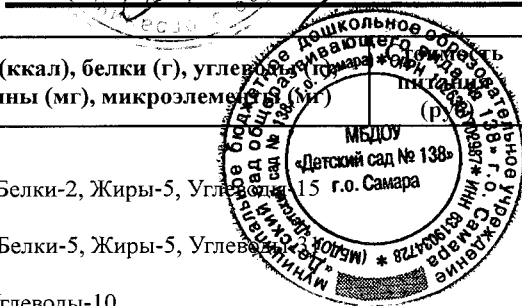
ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 138 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 30.01.2025

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), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
200/5	Каша пшённая жидкая на воде с маслом сливочным	ккал-188, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
70	Оладьи из печени с соусом томатным	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
200	Напиток из лимонов.	ккал-97, Углеводы-24
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 447, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-244
		<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

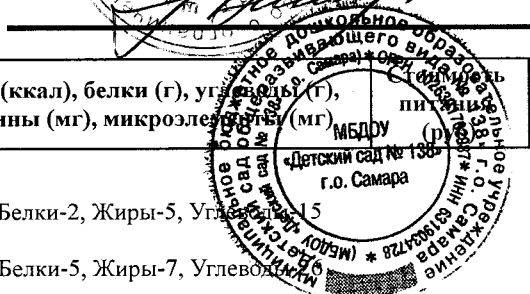
Меню дневного рациона  
 на 30.01.2025

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), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
150/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-35
180/10	Чай с сахаром.	ккал-38, Углеводы-10
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
70	Оладьи из печени с соусом томатным	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 433, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-237
		<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
 калькулятор

Полесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
 Детский сад 138 (дети с аллергией)  
 Меню дневного рациона  
 на 30.01.2025

Утверждаю:

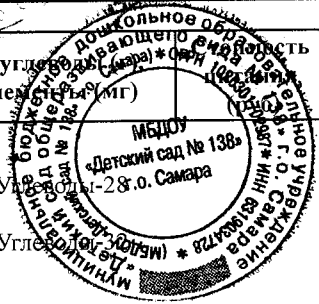
Генеральный директор  
 ООО "Комбинат Школьного Питания"  
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

*(Handwritten signatures and stamps)*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35
200/11	Чай (с сахаром)	ккал-45, Углеводы-11
150	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
50	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 476, Белки-49, Жиры-32, Углеводы-248
		<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
 калькулятор

Колесникова Е.Б.

*(Handwritten signatures of E.E. Makarova and E.B. Kolesnikova)*



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 30.01.2025

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32
180/10	Чай (с сахаром).	ккал-40, Углеводы-10
50	Яблоки свежие (нарезка)	ккал-22, Углеводы-5
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
<b><u>Обед</u></b>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Плов из птицы с огурцом консервированным	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Напиток клюквенный школьный	ккал-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
50	Оладьи из печени..	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

**Итого за день:** ккал-1 593, Белки-44, Жиры-38, Углеводы-269

179-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Холесникова Е.Б.

