



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МАДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 138 (дети с аллергией) исключение рыбы

Меню дневного рациона

на 19.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Содержание витаминов
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
200/5	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной, укропом и чесноком	ккал-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	
70	Тефтели мясные, соус томатный	ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Пюре гороховое с маслом сливочным	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
60	Филе куриное тушёное с овощами ..	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2	
130	Отварной рис	ккал-176, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 752, Белки-62, Жиры-45, Углеводы-276	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Белоспикова Е.Б.





Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

Заведующий МАДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

Детский сад 138 (дети с аллергией) БКМ+говядина

Меню дневного рациона

на 19.03.2025

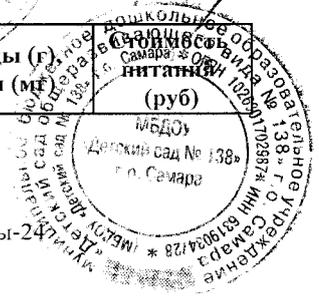
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	(руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша пшённная жидкая на воде с растительным маслом.	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-61, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Колобки куриные с томатным соусом..	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Пюре гороховое с маслом растительным.	ккал-203, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-197, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-32	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 670, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-269	<b>179-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Кобзеникова Е.Б.





ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией) БКМ  
Меню дневного рациона  
на 19.03.2025

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

*[Signature]*  
Т.П. Аврискина  
Согласовано:  
Заведующий МАДОУ

*[Signature]*

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Страна происхождения (рубли)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом.	ккал-146, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток из шиповника.	ккал-42, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, укропом и чесноком	ккал-61, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Тефтели мясные, соус томатный	ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Пюре гороховое с маслом растительным.	ккал-203, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Рис отварной с подсолнечным маслом.	ккал-197, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-32	
200	Напиток из лимонов.	ккал-61, Углеводы-15	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 639, Белки-57, Жиры-39, Углеводы-265	<b>179-00</b>

Зав. производством *[Signature]* Макарова Е.Е.

Бухгалтер *[Signature]* Колесникова Е.Б.  
калькулятор