



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона  
на 29.07.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Энергетическая ценность питания (ккал)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<i>Рис отварной с овощами.</i>	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
180	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-29, Углеводы-7	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	<i>Яблоки свежие нарезка.</i>	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	<i>Суп полевой на бульоне с укропом</i>	ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	<i>Котлеты куриные с соусом</i>	ккал-120, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-8	
130	<i>Рагу из овощей</i>	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
180	<i>Компот из сухофруктов..</i>	ккал-68, Углеводы-17	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
40	<i>Филе куриное отварное..</i>	ккал-55, Белки-12, Жиры-1	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий</i>	ккал-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
200	<i>Напиток из лимонов.</i>	ккал-61, Углеводы-15	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
50	<i>Печенье "Детское"</i>	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 546, Белки-47, Жиры-46, Углеводы-236	<b>210-00</b>

Зав. производством

*Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Колесникова Е.Б.*

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) БКМ  
Меню дневного рациона  
на 29.07.2025

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	количество (дошкольное учреждение, детский сад, группа, вид питания)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<i>Рис отварной с овощами.</i>	ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27	
180	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-29, Углеводы-7	
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<i>Яблоки свежие нарезка.</i>	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	<i>Суп полевой с укропом</i>	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	<i>Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным</i>	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
130	<i>Рагу из овощей</i>	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
180	<i>Компот из сухофруктов..</i>	ккал-68, Углеводы-17	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
70	<i>Печень тушеная в соусе.</i>	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
150	<i>Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий</i>	ккал-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	<i>Напиток из лимонов свежих</i>	ккал-55, Углеводы-14	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
50	<i>Печенье"Детское"</i>	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 562, Белки-42, Жиры-52, Углеводы-232	<b>210-00</b>



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

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