



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией) БКМ  
Меню дневного рациона  
на 17.09.2025

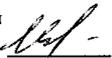
Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ



| Выход (г)                         | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>             |   |  |                               |
| 50                                | Икра морковная.                                     | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4   |                               |
| 100                               | Омлет на воде с маслом растительным                 | ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1   |                               |
| 180                               | Чай с сахаром.                                      | ккал-29, Углеводы-7  |                               |
| 30                                | Хлеб пшеничный..                                    | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>           |   |  |                               |
| 150                               | Яблоки свежие нарезка.                              | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15  |                               |
| <b><u>Обед</u></b>                |   |  |                               |
| 200/1                             | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом       | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11  |                               |
| 70                                | Тефтели из говядины с соусом томатным.              | ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7  |                               |
| 150                               | Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26  |                               |
| 180                               | Компот из изюма                                     | ккал-102, Углеводы-25  |                               |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |                               |
| 20                                | Хлеб ржаной.  | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7   |                               |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b> |   |  |                               |
| 80                                | Рыба тушёная с овощами и томатом                    | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2   |                               |
| 120                               | Рис отварной с подсолнечным маслом                  | ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25   |                               |
| 180                               | Чай со смородиной.                                  | ккал-35, Углеводы-9  |                               |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |                               |
| 50                                | Ватрушка с повидлом.                                | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37   |                               |
| <b>Итого за день:</b>             |   | ккал-1 477, Белки-55, Жиры-44,<br>Углеводы-214                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор  Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Н. Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

\_\_\_\_\_

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

Меню дневного рациона  
на 17.09.2025

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

Завтрак

|     |  |  |  |
|-----|--|--|--|
| 50  | Икра морковная.                          | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4   |  |
| 150 | Вермишель отварная с маслом растительным | ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34 |  |
| 180 | Чай с сахаром.                           | ккал-29, Углеводы-7                    |  |
| 30  | Хлеб пшеничный..                         | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  |  |

Завтрак 2

|     |                        |                                       |  |
|-----|------------------------|---------------------------------------|--|
| 200 | Яблоки свежие нарезка. | ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20 |  |
|-----|------------------------|---------------------------------------|--|

Обед

|       |   |   |  |
|-------|---|---|--|
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом       | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11   |  |
| 70    | Тефтели из говядины с соусом томатным.              | ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7   |  |
| 150   | Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26 |  |
| 180   | Компот из изюма                                     | ккал-102, Углеводы-25                   |  |
| 20    | Хлеб пшеничный                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11   |  |
| 20    | Хлеб ржаной.  | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7            |  |

Уплотненный полдник

|     |                                    |  |  |
|-----|------------------------------------|--|--|
| 80  | Рыба тушёная с овощами и томатом   | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 |  |
| 120 | Рис отварной с подсолнечным маслом | ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25 |  |
| 180 | Чай со смородиной.                 | ккал-35, Углеводы-9                    |  |
| 20  | Хлеб пшеничный                     | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |  |
| 50  | Ватрушка с повидлом.               | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 |  |

**Итого за день:** ккал-1 565, Белки-52, Жиры-38,  
Углеводы-252

**210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Болесникова 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+говядина  
Меню дневного рациона  
на 17.09.2025



| Выход (г)                         | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>             |  |  |                               |
| 50                                | <i>Икра морковная.</i>                                     | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4   |                               |
| 100                               | <i>Омлет на воде с маслом растительным</i>                 | ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1   |                               |
| 180                               | <i>Чай с сахаром.</i>                                      | ккал-29, Углеводы-7  |                               |
| 30                                | <i>Хлеб пшеничный.</i>                                     | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>           |  |  |                               |
| 200                               | <i>Яблоки свежие нарезка.</i>                              | ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20  |                               |
| <b><u>Обед</u></b>                |  |  |                               |
| 200/1                             | <i>Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом</i>       | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11  |                               |
| 80                                | <i>Тефтели куриные с томатным соусом</i>                   | ккал-135, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9  |                               |
| 150                               | <i>Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий</i> | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26  |                               |
| 180                               | <i>Компот из изюма</i>                                     | ккал-102, Углеводы-25  |                               |
| 20                                | <i>Хлеб пшеничный</i>                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |                               |
| 20                                | <i>Хлеб ржаной.</i>  | ккал-42, Белки-1, Углеводы-7   |                               |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b> |  |  |                               |
| 80                                | <i>Рыба тушёная с овощами и томатом</i>                    | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2   |                               |
| 120                               | <i>Рис отварной с подсолнечным маслом</i>                  | ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25   |                               |
| 180                               | <i>Чай со смородиной.</i>                                  | ккал-35, Углеводы-9  |                               |
| 20                                | <i>Хлеб пшеничный</i>                                      | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |                               |
| 50                                | <i>Ватрушка с повидлом.</i>                                | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37   |                               |
| <b>Итого за день:</b>             |  | ккал-1 530, Белки-56, Жиры-46,<br>Углеводы-220                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.