



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Директор

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

Меню дневного рациона  
на 05.09.2025

| Выход (г)                         | Наименование блюда                                         | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб.) |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| <b><u>Завтрак 1</u></b>           |                                                            |                                                                                |                                |
| 30/20                             | Бутерброд с повидлом.                                      | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28                                         |                                |
| 200                               | Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным           | ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29                                         |                                |
| 180                               | Чай с сахаром.                                             | ккал-29, Углеводы-7                                                            |                                |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>           |                                                            |                                                                                |                                |
| 200                               | Яблоки свежие.                                             | ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20                                          |                                |
| <b><u>Обед</u></b>                |                                                            |                                                                                |                                |
| 200/1                             | Щи из свежей капусты с картофелем и укропом                | ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8                                           |                                |
| 70                                | Котлеты из говядины с соусом томатным.                     | ккал-105, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8                                          |                                |
| 150                               | Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий | ккал-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18                                         |                                |
| 180                               | Сок фруктовый.                                             | ккал-123, Белки-1, Углеводы-29                                                 |                                |
| 30                                | Хлеб пшеничный..                                           | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                                          |                                |
| 30                                | Хлеб ржаной.                                               | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                                                  |                                |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b> |                                                            |                                                                                |                                |
| 50                                | Икра кабачковая.                                           | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4                                           |                                |
| 50                                | Оладьи из печени..                                         | ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2                                          |                                |
| 130                               | Макароны отварные с растительным маслом.                   | ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30                                         |                                |
| 180                               | Напиток из апельсинов.                                     | ккал-60, Углеводы-15                                                           |                                |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                             | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11                                          |                                |
| 30/20                             | Бутерброд с повидлом.                                      | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28                                         |                                |
| <b>Итого за день:</b>             |                                                            | ккал-1 674, Белки-42, Жиры-48,<br>Углеводы-268                                 | <b>210-00</b>                  |

/Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькуля

Заведеева О.А.



ООО "Комбинат школьного питания"  
Детский сад 138 (дети с аллергией) БКМ  
Меню дневного рациона  
на 05.09.2025

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак 1</b>           |                                                            |                                                                                |                               |
| 30/20                      | Бутерброд с повидлом.                                      | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28                                         |                               |
| 200                        | Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным           | ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29                                         |                               |
| 180                        | Чай с сахаром.                                             | ккал-29, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b>Завтрак 2</b>           |                                                            |                                                                                |                               |
| 200                        | Яблоки свежие.                                             | ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20                                          |                               |
| <b>Обед</b>                |                                                            |                                                                                |                               |
| 200/1                      | Щи из свежей капусты с картофелем и укропом                | ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8                                           |                               |
| 70                         | Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным     | ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5                                           |                               |
| 150                        | Каша гречневая вязкая с маслом растительным, огурец свежий | ккал-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18                                         |                               |
| 180                        | Сок фруктовый.                                             | ккал-123, Белки-1, Углеводы-29                                                 |                               |
| 30                         | Хлеб пшеничный..                                           | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                                          |                               |
| 30                         | Хлеб ржаной .                                              | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14                                                  |                               |
| <b>Уплотненный полдник</b> |                                                            |                                                                                |                               |
| 50                         | Икра кабачковая.                                           | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4                                           |                               |
| 50                         | Оладьи из печени..                                         | ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2                                          |                               |
| 130                        | Макароны отварные с растительным маслом .                  | ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30                                         |                               |
| 180                        | Напиток из апельсинов.                                     | ккал-60, Углеводы-15                                                           |                               |
| 20                         | Хлеб пшеничный                                             | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11                                          |                               |
| 50                         | Булочка "Домашняя"                                         | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30                                         |                               |
| <b>Итого за день:</b>      |                                                            | ккал-1 709, Белки-42, Жиры-52,<br>Углеводы-267                                 | <b>210-00</b>                 |

/ Зав. производством Макарова Е.Е. Бухгалтер-калькулятор Заведова О.А.