



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 18.03.2026

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

020	Еутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
0	Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
30	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
-----	---------------	----------------------	--

Обед

0	Икра из свеклы	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
Выход 200/1	Суп картофельный с клецками и укропом	ккал-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11	
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
100	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
230	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
70	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

0	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Молоко кипяченое	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	

Ужин

Выход 200/1	Емочки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Капуста тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
210	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 795, Белки-57, Жиры-68, Углеводы-238 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара (ясли)

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
 на 18.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
40	Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
130	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
Завтрак 2			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
Обед			
50	Икра свекольная	ккал-27, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
150/1	Суп картофельный с клецками и зеленью	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
100	Пюре картофельное с маслом.	ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
180	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
Полдник			
100	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150	Молоко кипяченое..	ккал-89, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	
Ужин			
150	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
70	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
130	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
Итого за день:		ккал-1 568, Белки-51, Жиры-60, Углеводы-204	210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.

ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано: _____
Заведующий МБДОУ _____
Для Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара (БКМ+яйцо)

Меню дневного рациона
на 18.03.2026

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

Завтрак

130	Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	100
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	100
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	100

Завтрак 2

200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	100
-----	----------------	---------------------------------------	-----

Обед

70	Икра из свеклы	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	100
200/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	100
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	100
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	100
130	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	100
130	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	100
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	100

Полдник

250	Булочка "Домашняя" (без яйца)	ккал-205, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	100
30/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	100

Ужин

200/1	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	100
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	100
130	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	100
130	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	100

Итого за день: ккал-1 631, Белки-41, Жиры-49, Углеводы-256 **210-00**

Зав. производством _____ Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор _____ Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара (БКМ)

Меню дневного рациона
на 18.03.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

100	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
130	Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Завтрак 2

150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
-----	----------------	---------------------------------------	--

Обед

50	Икра из свеклы	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
200/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
130	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
180	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

150	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	

Ужин

200	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	

Итого за день: ккал-1 673, Белки-46, Жиры-54, Углеводы-251 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.