



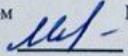
Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

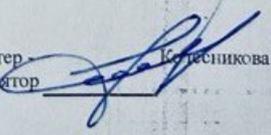
Т.Н. Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 186" г.о. Самара
 Меню дневного рациона
 на 06.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
30	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
30/20	Пудинг из творога с яблоками и сгущенным молоком.	ккал-272, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-19	
30	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Ряженка.	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
15/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом	ккал-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
30	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
30	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
30	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
70	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
135	Хлеб пшеничный ..	ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19	
Итого за день:		ккал-1 904, Белки-62, Жиры-63, Углеводы-272	210-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор  Крестникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона
на 06.03.2026

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

Завтрак

100/30 Бутерброд с маслом сливочным.

ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16

40 Яйцо отварное

ккал-63, Белки-5, Жиры-5

130/20 Пудинг из творога с яблоками и
сгущенным молоком.

ккал-272, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-19

130 Чай с сахаром.

ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

100 Напиток кисломолочный Ряженка.

ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4

Обед

150/50 Рассольник Ленинградский со сметаной
и укропом.

ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

70 Тефтели из говядины в томатном
соусе.

ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9

120 Капуста тушёная

ккал-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7

130 Напиток из шиповника.

ккал-79, Белки-1, Углеводы-19

70 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

70 Хлеб ржаной.

ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

30/20 Бутерброд с повидлом.

ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28

150 Напиток из лимонов свежих.

ккал-46, Углеводы-11

Ужин

35 Кабачковая икра

ккал-41, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3

135 Макароны отварные с сыром, с маслом
сливочным.

ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35

130 Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).

ккал-101, Углеводы-25

70 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

Итого за день: ккал-1 673, Белки-57, Жиры-60,
Углеводы-225

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона
 на 06.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>			
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Обед</u>			
200/1	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
30	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
30	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
30/20	Еутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
30	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
130	Макароны отварные с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Итого за день:		ккал-1 633, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-282	210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



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

Меню дневного рациона
на 06.03.2026

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

Завтрак

150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	

Завтрак 2

150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
-----	---------------	-----------------------	--

Обед

300/1г	Рассольник Ленинградский с укропом	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
139	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
30	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	

Ужин

200	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
170	Макароны отварные с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
200	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 672, Белки-36, Жиры-33, Углеводы-307 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.