



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 28.04.2026

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) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/10/20 | Бутерброд со сливочным маслом и сыром | ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10 | |
| 200/5 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | ккал-216, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32 | |
| 180 | Чай с молоком | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Молоко кипяченое. | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 200/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом | ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7 | |
| 70 | Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным | ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным | ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18 | |
| 180 | Компот из сухофруктов... | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Печенье "Детское" | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток из шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 50 | Икра кабачковая. | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 | |
| 70 | Печень по-строгановски с соусом | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 130 | Макароны отварные с маслом сливочным | ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 180/6 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-32, Углеводы-8 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |
| Итого за день: | | ккал-1 831, Белки-55, Жиры-70, Углеводы-246 | 210-00 |

Зав. производством

 Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

 Колесникова Е.Е.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 28.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Н. Аврискина

Согласовано
Заведующий МБДОУ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 5/10/20 | Бутерброд со сливочным маслом и сыром | ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10 | |
| 150/5 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом. | ккал-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25 | |
| 180 | Чай с молоком | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Молоко кипяченое. | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150/5/1 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом. | ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6 | |
| 70 | Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным | ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 120 | Каша гречневая вязкая со сливочным маслом | ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17 | |
| 180 | Компот из сухофруктов... | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |
| 20 | Хлеб ржаной. | ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Печенье "Детское" | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 | |
| 150 | Напиток из шиповника.. | ккал-61, Белки-1, Углеводы-14 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 30 | Кабачковая икра | ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2 | |
| 70 | Печень по-строгановски с соусом | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6 | |
| 120 | Макароны отварные с маслом сливочным. | ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 180/6 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-32, Углеводы-8 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |
| Итого за день: | | ккал-1 622, Белки-49, Жиры-64, Углеводы-211 | 210-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 28.04.2026

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

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 150 | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным. | ккал-95, Белки-2, Углеводы-22 | |
| 200 | Чай с сахаром | ккал-33, Углеводы-8 | |
| 100 | Яблоки свежие. | ккал-44, Углеводы-10 | |

Завтрак 2

| | | | |
|-----|-----------------|----------------------|--|
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 | |
|-----|-----------------|----------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 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-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом растительным | ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18 | |
| 180 | Компот из сухофруктов... | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |

Полдник

| | | | |
|-----|-----------------------|---|--|
| 50 | Печенье "Детское" | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток из шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |

Ужин

| | | | |
|-------|--|--|--|
| 70 | Печень тушеная в соусе. | ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 180 | Макаронь отварные с маслом растительным, икра кабачковая | ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 | |
| 180/6 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-32, Углеводы-8 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |

Итого за день: ккал-1 817, Белки-48, Жиры-58, Углеводы-276

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 28.04.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 30/20 | Бутерброд с повидлом.. | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 150 | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным. | ккал-95, Белки-2, Углеводы-22 | |
| 200 | Чай с сахаром | ккал-33, Углеводы-8 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 100 | Яблоки свежие. | ккал-44, Углеводы-10 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 130 | Каша гречневая вязкая с маслом растительным | ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18 | |
| 180 | Компот из сухофруктов... | ккал-55, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Печенье "Детское" | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 | |
| 200 | Напиток из шиповника. | ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 | |
| <u>Ужин</u> | | | |
| 70 | Печень тушеная в соусе. | ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 180 | Макаронь отварные с маслом растительным, икра кабачковая | ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 | |
| 180/6 | Чай с яблоками и сахаром. | ккал-32, Углеводы-8 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |

Итого за день: ккал-1 729, Белки-48, Жиры-55,
Углеводы-260

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.