

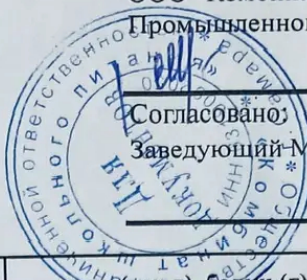


Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Авришкина

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

Меню дневного рациона
на 06.04.2026



Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

5/20	Бутерброд с маслом сливочным .	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Ряженка.	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4
-----	--------------------------------	--------------------------------------

Обед

200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью.	ккал-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-10
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8

Ужин

70	Суфле рыбное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Итого за день: ккал-1 756, Белки-57, Жиры-61,
Углеводы-244

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колосникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 06.04.2026

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>			
5/20	Бутерброд с маслом сливочным .	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Ряженка.	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
150/5/1	Суп овощной со сметаной и укропом	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7	
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
150	Чай с сахаром ..	ккал-24, Углеводы-6	
<u>Ужин</u>			
70	Суфле рыбное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Кисель из сока натурального.	ккал-119, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
Итого за день:		ккал-1 635, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-218	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 06.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискица

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
200	Фрукты свежие	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Ужин

40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, зеленый горошек	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-95, Углеводы-23	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 649, Белки-44, Жиры-44, Углеводы-270

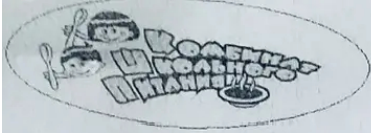
210-00

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 06.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.А. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

С.Г. Комарова

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

Завтрак

40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Завтрак 2

150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
-----	---------------	---------------------------------------	--

Обед

200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Ужин

40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, зеленый горошек	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-95, Углеводы-23	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 587, Белки-48, Жиры-48,
Углеводы-241

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара (исключение рыбы)

Меню дневного рациона
на 06.04.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

5/20	Бутерброд с маслом сливочным .	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Ряженка.	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4
-----	--------------------------------	--------------------------------------

Обед

200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью.	ккал-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-10
200	Плов из птицы, огурцы консервированные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8

Ужин

40	Филе куриное отварное.	ккал-55, Белки-12, Жиры-1
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Итого за день: ккал-1 710, Белки-58, Жиры-58, Углеводы-239 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.