



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 07.04.2026

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аарискина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	-------------------	--------------------------------------	--

Обед

200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	

Ужин

150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200/3,5	Чай с сахаром, лимоном.	ккал-33, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	

Итого за день: ккал-1 843, Белки-56, Жиры-57,
Углеводы-275

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 07.04.2026

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Т.Н.Аврискина

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
150/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
-----	-------------------	--------------------------------------

Обед

150/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	ккал-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4
130	Капуста тушеная белокочанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24

Ужин

150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6

Итого за день: ккал-1 684, Белки-53, Жиры-56,
Углеводы-241

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 07.04.2026

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

180	Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8
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

200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

Ужин

180	Плов из мяса птицы .	ккал-341, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-37
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Итого за день: ккал-1 806, Белки-45, Жиры-56, Углеводы-281

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.