



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 186" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 08.09.2026

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

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-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	

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-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	

Итого за день: ккал-1 877, Белки-60, Жиры-61,
Углеводы-272

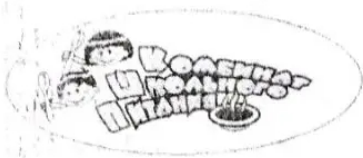
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Алексникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 08.09.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

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

5/10/30	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-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	

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-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	

Итого за день: ккал-1 711, Белки-55, Жиры-59,
Углеводы-241

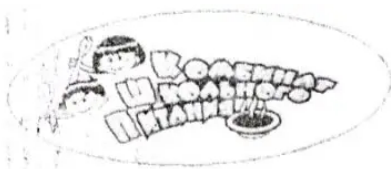
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Болесникова Е.Б.



Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Г.Н. Аврискина

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

Меню дневного рациона
на 08.09.2026



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
200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

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

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-84, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-4
130	Капуста тушеная белокачанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
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 "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32
200	Сок фруктовый в ассортименте.	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33

Ужин

80	Филе куриное тушёное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2
150	Каша пшённая рассыпчатая с маслом растительным.	ккал-201, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-31
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10

Итого за день: ккал-1 781, Белки-52, Жиры-56,
Углеводы-267

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.