



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о. Самара

Меню дневного рациона
на 10.03.2026

код (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	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19
80	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

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

Обед

70/1	Суп полевой с укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
130	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
5/10/0	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

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

Ужин

120	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43
30/3	Чай с сахаром, лимоном.	ккал-33, Углеводы-8
90	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6

Итого за день: ккал-1 815, Белки-55, Жиры-61,
Углеводы-261

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 № 149" г.о.Самара (ясли)

Меню дневного рациона
на 10.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<u>Обед</u>			
50/1	Суп полевой с укропом.	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
120	Рагу из овощей.	ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11	
130	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
5/10/30	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
5/10/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
5/10/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
120	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
130	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	
5/10/0	Итого за день:	ккал-1 617, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-229	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.