



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 18.03.2026

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

№	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
0	Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
200	Суп молочный с вермишелью	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
130	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>			
00	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
0	Икра из свеклы	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	
1/1	Суп картофельный с клёцками и укропом	ккал-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11	
0	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
30	Пюре картофельное с маслом сливочным.	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
230	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
0	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
0	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
0	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Молоко кипяченое	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	
<u>Ужин</u>			
0	Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
0	Галушка тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
00	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
0	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Итого за день:		ккал-1 795, Белки-57, Жиры-68, Углеводы-238	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 18.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>		
200 Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
100 Яйцо отварное.	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150 Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
180 Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<u>Завтрак 2</u>		
100 Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>		
50 Икра свекольная	ккал-27, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
100 Суп картофельный с клецками и 1/1 зеленью	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
70 Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
200 Пюре картофельное с маслом.	ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
100 Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
150 Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
150 Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<u>Полдник</u>		
100 Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150 Молоко кипяченое..	ккал-89, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	
<u>Ужин</u>		
100 Биточки "Детские" с соусом томатным	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
100 Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
100 Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
100 Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
Итого за день:	ккал-1 568, Белки-51, Жиры-60, Углеводы-204	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.