



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 25.11.2025

| Вход (г)                | Наименование блюда                                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                                 |                                                                                |                               |
| 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                                         |                               |
| 180                     | Чай с сахаром.                                                  | ккал-29, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                                 |                                                                                |                               |
| 100                     | Молоко кипяченое.                                               | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                                 |                                                                                |                               |
| 200/5/1                 | Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом                    | ккал-75, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9                                           |                               |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.                                       | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-126, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20                                         |                               |
| 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                                                  |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                                 |                                                                                |                               |
| 50                      | Печенье "Ночка"                                                 | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32                                        |                               |
| 200                     | Сок фруктовый в ассортименте.                                   | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33                                                 |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                                 |                                                                                |                               |
| 159/20                  | 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                      | Яблоки свежие.                                                  | ккал-27, Углеводы-6                                                            |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                                 | ккал-1 812, Белки-57, Жиры-60, Углеводы-261                                    | <b>210-00</b>                 |

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 25.11.2025

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                                 |                                                                                |                               |
| 5/10/30                 | Бутерброд с сыром и сливочным маслом                            | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15                                         |                               |
| 150                     | Суп молочный с вермишелью.                                      | ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14                                         |                               |
| 180                     | Чай с сахаром.                                                  | ккал-29, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                                 |                                                                                |                               |
| 100                     | Молоко кипяченое.                                               | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                                 |                                                                                |                               |
| 150/5/1                 | Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом.                   | ккал-57, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8                                           |                               |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.                                       | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-126, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20                                         |                               |
| 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                                                   |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                                 |                                                                                |                               |
| 50                      | Печенье "Ночка"                                                 | ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32                                        |                               |
| 150                     | Сок фруктовый                                                   | ккал-102, Углеводы-24                                                          |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                                 |                                                                                |                               |
| 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                      | Яблоки свежие.                                                  | ккал-27, Углеводы-6                                                            |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                                 | ккал-1 663, Белки-52, Жиры-57,<br>Углеводы-233                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.