



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 27.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.И. 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>   |                                                                         |                                                                                |                               |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным                                            | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                         |                               |
| 40                      | Яйцо отварное                                                           | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                       |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.                             | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21                                         |                               |
| 180                     | Какао напиток с молоком                                                 | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16                                         |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                                         |                                                                                |                               |
| 100                     | Напиток кисломолочный Ряженка.                                          | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                                         |                                                                                |                               |
| 200/1                   | Суп картофельный с горохом с укропом                                    | ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17                                          |                               |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.                                               | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                     | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29                                         |                               |
| 180                     | Компот из яблок свежих                                                  | ккал-88, Углеводы-21                                                           |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..                                                        | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15                                          |                               |
| 40                      | Хлеб ржаной                                                             | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19                                                  |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                                         |                                                                                |                               |
| 42                      | Печенье "Рыбки"                                                         | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20                                        |                               |
| 200/9                   | Чай с сахаром, лимоном                                                  | ккал-34, Углеводы-8                                                            |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                                         |                                                                                |                               |
| 80                      | Ёжики Морские из рыбы с соусом                                          | ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5                                           |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.          | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                         |                               |
| 200                     | Кисель из натурального сока                                             | ккал-168, Углеводы-42                                                          |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                                          | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                                         | ккал-1 814, Белки-54, Жиры-64,<br>Углеводы-257                                 | <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 27.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Е.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>   |                                                                         |                                                                                |                               |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным                                            | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                                         |                               |
| 40                      | Яйцо отварное                                                           | ккал-63, Белки-5, Жиры-5                                                       |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.                             | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21                                         |                               |
| 180                     | Какао напиток с молоком                                                 | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16                                         |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |                                                                         |                                                                                |                               |
| 100                     | Напиток кисломолочный Ряженка.                                          | ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                                         |                                                                                |                               |
| 150/1                   | Суп картофельный с горохом и укропом.                                   | ккал-80, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.                                               | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                     | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29                                         |                               |
| 180                     | Компот из яблок свежих                                                  | ккал-88, Углеводы-21                                                           |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                                          | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10                                          |                               |
| 20                      | Хлеб ржаной.                                                            | ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9                                           |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |                                                                         |                                                                                |                               |
| 42                      | Печенье "Рыбки"                                                         | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20                                        |                               |
| 180/3,5                 | Чай с сахаром и лимоном.                                                | ккал-30, Углеводы-7                                                            |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |                                                                         |                                                                                |                               |
| 80                      | Ёжики Морские из рыбы с соусом                                          | ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5                                           |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.          | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13                                         |                               |
| 180                     | Кисель из натурального сока.                                            | ккал-151, Углеводы-37                                                          |                               |
| 20                      | Хлеб пшеничный                                                          | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10                                          |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |                                                                         | ккал-1 712, Белки-51, Жиры-64,<br>Углеводы-233                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.