



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 29.04.2026

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

- 10/20 *Бутерброд с маслом сливочным*
40 *Яйцо отварное*
200 *Суп молочный с вермишелью*
180 *Какао напиток с молоком*

ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
ккал-63, Белки-5, Жиры-5
ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19
ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

- 100 *Фрукты свежие*

ккал-44, Углеводы-10

Обед

- 50 *Икра из свеклы*
15/200/ *Суп картофельный с пшеном с рыбой и
1 зеленью*
70 *Колобки куриные с соусом томатным*
130 *Пюре картофельное с маслом
сливочным.*
180 *Сок фруктовый.*
20 *Хлеб пшеничный*
40 *Хлеб ржаной*

ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12
ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6
ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
ккал-123, Белки-1, Углеводы-29
ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10
ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

Полдник

- 50 *Булочка "Домашняя".*
200 *Молоко кипяченое*

ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10

Ужин

- 70 *Биточки "Детские" с соусом
томатным.*
150 *Капуста тушёная белокочанная*
200 *Чай со смородиной.*
30 *Хлеб пшеничный..*

ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14
ккал-39, Углеводы-10
ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15

Итого за день: ккал-1 818, Белки-61, Жиры-70,
Углеводы-235

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 29.04.2026

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			
10/20	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
40	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	
Завтрак 2			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
Обед			
30	Икра свекольная	ккал-27, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
15/150/	Суп картофельный с пшеном с рыбой с	ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
1	укропом.		
70	Колобки куриные с соусом томатным	ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6	
120	Пюре картофельное с маслом.	ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
Полдник			
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
150	Молоко кипяченое..	ккал-89, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	
Ужин			
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1 618, Белки-55, Жиры-63, Углеводы-207	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.