



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 17.07.2026



| 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                                         |                               |
| 200/5                             | Каша Дружба молочная жидкая с маслом сливочным             | ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33                                         |                               |
| 180                               | Чай с молоком и сахаром.                                   | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12                                          |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>           |                                                            |                                                                                |                               |
| 100                               | Питевой йогурт.                                            | ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <b><u>Обед</u></b>                |                                                            |                                                                                |                               |
| 200/5/1                           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом    | ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7                                           |                               |
| 70                                | Биточки "Детские" с соусом томатным                        | ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                               | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная. | ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19                                         |                               |
| 180                               | Сок фруктовый.                                             | ккал-123, Белки-1, Углеводы-29                                                 |                               |
| 30                                | Хлеб пшеничный..                                           | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15                                          |                               |
| 30                                | Хлеб ржаной .                                              | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13                                          |                               |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b> |                                                            |                                                                                |                               |
| 50                                | Икра кабачковая.                                           | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4                                           |                               |
| 70                                | Печень по-строгановски с соусом                            | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6                                          |                               |
| 130                               | Макароны отварные с маслом сливочным                       | ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28                                         |                               |
| 200                               | Напиток из апельсинов.                                     | ккал-67, Углеводы-17                                                           |                               |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                             | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10                                          |                               |
| 50                                | Булочка "Домашняя".                                        | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30                                         |                               |
| <b>Итого за день:</b>             |                                                            | ккал-1 796, Белки-60, Жиры-62,<br>Углеводы-248                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

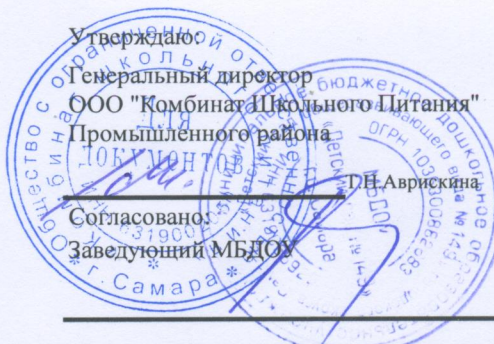
Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 149" г.о.Самара (ясли)  
Меню дневного рациона  
на 17.07.2026



| Выход (г)                         | Наименование блюда                                         | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <u><b>Завтрак</b></u>             |                                                            |                                                                                |                               |
| 5/10/30                           | Бутерброд с сыром и сливочным маслом                       | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15                                         |                               |
| 150/5                             | Каша Дружба молочная жидкая с маслом                       | ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26                                         |                               |
| 180                               | Чай с молоком и сахаром.                                   | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12                                          |                               |
| <u><b>Завтрак 2</b></u>           |                                                            |                                                                                |                               |
| 100                               | Питевой йогурт.                                            | ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4                                           |                               |
| <u><b>Обед</b></u>                |                                                            |                                                                                |                               |
| 150/5/1                           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.   | ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6                                           |                               |
| 70                                | Биточки "Детские" с соусом томатным                        | ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7                                          |                               |
| 150                               | Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная. | ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19                                         |                               |
| 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                                           |                               |
| <u><b>Уплотненный полдник</b></u> |                                                            |                                                                                |                               |
| 30                                | Кабачковая икра                                            | ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2                                           |                               |
| 70                                | Печень по-строгановски с соусом                            | ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6                                          |                               |
| 120                               | Макароны отварные с маслом сливочным.                      | ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24                                         |                               |
| 150                               | Напиток из апельсинов                                      | ккал-49, Углеводы-12                                                           |                               |
| 20                                | Хлеб пшеничный                                             | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10                                          |                               |
| 50                                | Булочка "Домашняя".                                        | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30                                         |                               |
| <b>Итого за день:</b>             |                                                            | ккал-1 628, Белки-56, Жиры-58,<br>Углеводы-220                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Шацкова Т.Ф.