

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78"
г.о.Самара

На 16.09.2026 (Среда)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
182	Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	200	6,90	7,80	30,20	219,20
416	Какао с молоком и сахаром	200	4,08	3,54	17,58	118,89
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		440	13,43	18,89	62,40	474,09
Второй завтрак						
394	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0,01	13,88	56,67
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,08	0,25	25,28	112,17
Обед						
26	Салат картофельный с кукурузой	50	0,85	2,62	4,89	47,10
86	Суп картофельный с крупой пшенной	200	1,91	2,70	13,72	84,12
322	Котлеты рубленые из курицы (фк)	60	9,43	9,65	9,98	184,00
143	Капуста тушеная	150	3,65	5,47	15,01	128,55
412	Чай черный с сахаром и лимоном	215	0,13	0,02	10,96	62,35
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		745	20,99	21,24	82,42	646,72
Уплотненный полдник						
174	Запеканка из творога (с рисом)	150	9,10	7,47	49,86	303,00
369	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,00
396	Кисель из смеси свежих ягод	200	0,33	0,11	30,56	125,33
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
386	Фрукт свежий	100	0,93	0,20	8,07	62,67
Итого:		510	13,32	9,44	106,97	592,00
Весь рацион питания:		1810	49,82	49,82	277,07	1824,98

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
49,82	49,82	277,07	0,860	0,850	106,32	207,39	0,22	720,93	1047,24	236,13	18,76

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

МБОУ г.о. САМАРА

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5-3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «МБОУ г.о. САМАРА»

На 16.09.2026 (Среда)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	6,21	7,02	27,18	197,28
416	Какао с молоком и сахаром	150	3,06	2,66	13,18	89,17
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		370	11,72	17,23	54,98	422,45
Второй завтрак						
394	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0,01	13,88	56,67
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,08	0,25	25,28	112,17
Обед						
26	Салат картофельный с кукурузой	30	0,51	1,57	2,93	28,26
86	Суп картофельный с крупой пшенной	150	1,43	2,02	10,29	63,09
322	Котлеты рубленные из курицы (фк)	60	9,43	9,65	9,98	184,00
143	Капуста тушеная	120	2,92	4,38	12,01	102,84
412	Чай черный с сахаром и лимоном	150	0,09	0,02	7,65	43,50
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		560	17,95	18,20	62,55	521,22
Уплотненный полдник						
174	Залеканка из творога (с рисом)	120	7,28	5,98	39,89	242,40
369	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,00
396	Кисель из смеси свежих ягод	150	0,25	0,08	22,92	94,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
386	Фрукт свежий	100	0,93	0,20	8,07	62,67
Итого:		420	10,63	7,82	84,53	476,40
Весь рацион питания:		1465	42,38	43,50	227,34	1532,24

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
42,38	43,50	227,34	0,710	0,710	94,97	191,03	0,18	601,77	895,82	198,44	16,92

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

ole



Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78" г.о.Самара

На 17.09.2026 (Четверг)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
182	Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	200	8,94	8,01	41,45	274,29
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	200	3,17	2,68	15,96	101,11
3	Бутерброд с сыром	30/10	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		440	18,79	19,14	76,80	555,40
Второй завтрак						
417	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	10,37	43,89
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,20	0,38	21,77	99,39
Обед						
26	Салат картофельный с зеленым горошком	50	0,85	2,62	4,89	50,10
63	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	200	1,61	4,18	9,63	82,58
161	Мясо индейки в соусе	80	9,76	12,40	2,88	163,28
331	Каша рисовая с маслом сливочным	150	2,27	3,73	22,14	132,25
394	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,33
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		750	19,95	23,73	95,17	682,14
Уплотненный полдник						
284	Суфле из рыбы (гф)	80	12,93	6,17	3,25	120,00
136	Картофель отварной с маслом сливочным	140	2,67	4,03	21,48	133,00
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	0,38	0,06	11,05	54,00
—	Пряники	50	3,23	4,10	34,15	170,00
Итого:		500	21,59	14,66	84,43	548,00
Весь рацион питания:		1805	62,53	57,91	278,17	1884,93

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
62,53	57,91	278,17	0,830	1,050	97,62	365,48	1,45	798,51	1313,68	376,14	27,67

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

С.И.И.



Михалев А.И.

Алферова А.С.

Возрастная категория: 1.5–3 лет

На 17.09.2026 (Четверг)



Пищевая и биологическая ценность рациона за день

Пищевая и биологическая ценность рациона за день											
БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
56,83	52,68	235,45	0,720	0,930	87,33	351,52	1,45	708,12	1210,80	327,29	22,41

Шеф-повар

Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78"
г.о.Самара

На 18.09.2026 (Пятница)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	200	6,21	6,74	34,97	225,71
413	Чай черный с молоком и сахаром	200	2,97	2,60	15,90	98,89
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		440	11,63	16,89	65,49	460,60
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Кефир"	100	2,90	2,50	4,00	50,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	4,76	2,74	15,40	105,50
Обед						
21	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	50	0,70	2,54	4,51	44,00
91	Суп картофельный с мучными клецками	200	1,64	2,44	8,83	63,91
305	Фрикадельки из птицы в соусе (фк)	80	5,81	6,58	5,01	102,47
330	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	8,32	5,22	39,61	238,79
390	Компот ягодный с яблоками	200	0,23	0,14	27,83	113,33
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		750	21,72	17,70	113,65	703,10
Уплотненный полдник						
453	Булочка "Дорожная"	80	5,42	11,17	41,71	289,60
220	Макароны отварные с сыром	200	12,38	13,34	30,27	291,00
411	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,22
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	70,50
Итого:		510	20,25	24,83	96,99	693,32
Весь рацион питания:		1815	58,36	62,16	291,53	1962,52

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
58,36	62,16	291,53	0,970	1,070	25,25	242,72	0,00	666,56	869,48	203,57	9,72

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

[Signature]

Михалев А.И.

Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1
МБОУ г.о. САМАРА

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «МБОУ г.о. САМАРА»

На 18.09.2026 (Пятница)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
182	Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	5,59	6,07	31,47	203,14
413	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,22	1,95	11,92	74,17
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		370	10,26	15,57	58,01	413,31
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Кефир"	100	2,90	2,50	4,00	50,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	4,76	2,74	15,40	105,50
Обед						
21	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	30	0,42	1,52	2,71	26,40
91	Суп картофельный с мучными клецками	150	1,23	1,83	6,62	47,93
305	Фрикадельки из птицы в соусе (фж)	80	5,81	6,58	5,01	102,47
330	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	120	6,66	4,18	31,69	191,03
390	Компот ягодный с яблоками	150	0,18	0,11	20,88	85,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		580	17,87	14,78	86,60	552,36
Уплотненный полдник						
453	Булочка "Дорожная"	80	5,42	11,17	41,71	289,60
220	Макароны отварные с сыром	180	11,14	12,01	27,24	261,90
411	Чай черный с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	31,67
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,00
Итого:		430	18,20	23,40	86,50	630,17
Весь рацион питания:		1495	51,09	56,49	246,51	1701,34

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, г			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
51,09	56,49	246,51	0,820	0,930	16,87	220,62	0,00	582,31	768,39	177,42	8,40

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

[Signature]

Михалев А.И.

Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МБДОУ "ЦРР - детский сад № 78"
г.о.Самара

На 21.09.2026 (понедельник)

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	200	4,90	6,70	29,90	200,70
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
411	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	10,51	42,22
Итого:		440	7,42	14,27	55,03	378,92
Второй завтрак						
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
399	Сок фруктовый	100	0,75	0,00	19,05	79,00
Итого:		115	2,61	0,24	30,45	134,50
Обед						
57	Икра кабачковая	50	0,50	1,97	3,22	45,00
87	Суп картофельный с горохом	200	4,45	2,66	14,18	98,49
305	Фрикадельки мясные в соусе томатном*	80	7,94	11,86	10,66	181,17
335	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,31	3,93	32,74	187,50
394	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,33
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		750	23,66	21,22	116,43	766,09
Уплотненный полдник						
452	Булочка "Домашняя"	60	4,37	7,51	32,35	214,80
163	Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	4,96	14,46	25,81	250,00
412	Чай черный с сахаром и лимоном	215	0,12	0,02	10,20	65,00
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
Итого:		505	11,83	22,29	82,86	600,80
Весь рацион питания:		1810	45,52	58,02	284,77	1880,31

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
45,52	58,02	284,77	0,820	0,570	24,35	122,91	0,20	360,04	780,79	219,69	27,53

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1
МБОУ г.о. САМАРА
МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО
Руководитель «МБОУ г.о. САМАРА»

На 21.09.2026 (Понедельник)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
182	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	4,41	6,03	26,91	180,63
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
411	Чай черный с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	31,67
Итого:		370	6,91	13,60	49,41	348,30
Второй завтрак						
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
399	Сок фруктовый	100	0,75	0,00	19,05	79,00
Итого:		115	2,61	0,24	30,45	134,50
Обед						
57	Икра кабачковая	30	0,30	1,18	1,93	27,00
87	Суп картофельный с горохом	150	3,34	2,00	10,64	73,87
305	Фрикадельки мясные в соусе томатном*	80	7,94	11,86	10,66	181,17
335	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	4,25	3,14	26,19	150,00
394	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		580	19,73	18,76	89,93	616,57
Уплотненный полдник						
452	Булочка "Домашняя"	60	4,37	7,51	32,35	214,80
163	Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	4,46	13,01	23,23	225,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
412	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,10	0,02	8,54	54,42
Итого:		440	10,52	20,74	73,79	541,55
Весь рацион питания:		1505	39,77	53,34	243,58	1640,92

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
39,77	53,34	243,58	0,670	0,510	20,43	114,18	0,18	314,15	686,68	188,09	22,30

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

С.И.С.



Михалев А.И.

Алферова А.С.