

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

На 21.08.2026 (Пятница)



№ техн. карты	Наименование блюда	Цена, Р	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		40	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:			440	11,63	16,89	65,49	461
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	106
Обед							
34	Салат из свеклы		50	0,71	3,04	4,18	47,00
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	21,73	18,20	113,32	706
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		20	1,59	0,20	9,67	47,00
Итого:			500	19,46	24,73	92,16	670
Весь рацион питания:		210,00	1805	57,58	62,56	286,37	1942

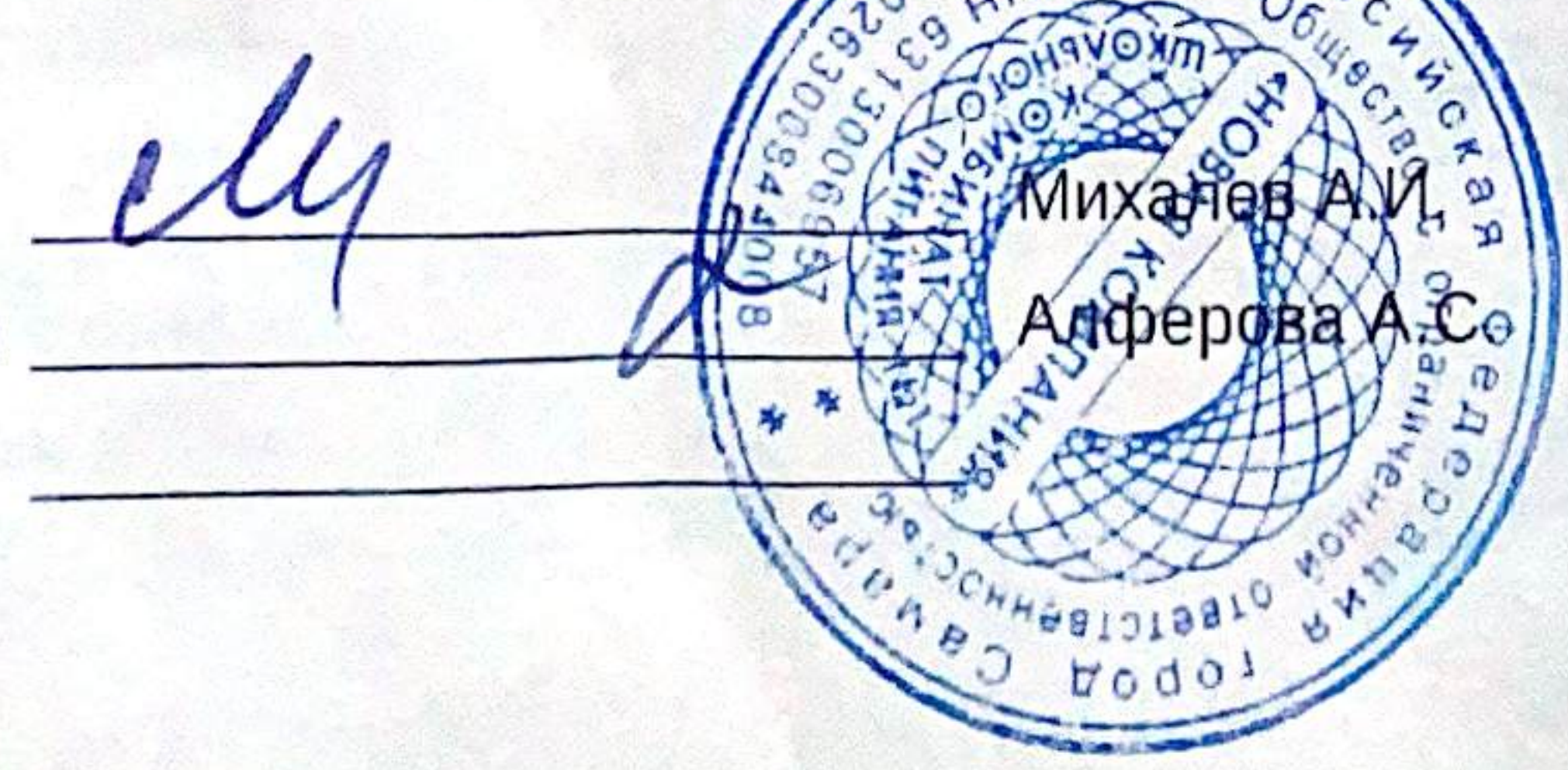
Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
57,58	62,56	286,37	0,950	1,060	13,77	242,72	0,00	668,37	875,37	207,97	10,20

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

МБОУ г.о. САМАРА

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «МБОУ

На 21.08.2026 (Пятница)



№ техн. карты	Наименование блюда	Цена, ₽	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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		40	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:			370	10,26	15,57	58,01	413
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	106
Обед							
34	Салат из свеклы		30	0,43	1,82	2,51	28,20
91	Суп картофельный с мучными клецками		150	1,23	1,83	6,62	47,93
305	Фрикадельки из птицы в соусе (фк)		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	17,88	15,08	86,40	554
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
Весь рацион питания:		210,00	1495	51,10	56,79	246,31	1703

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

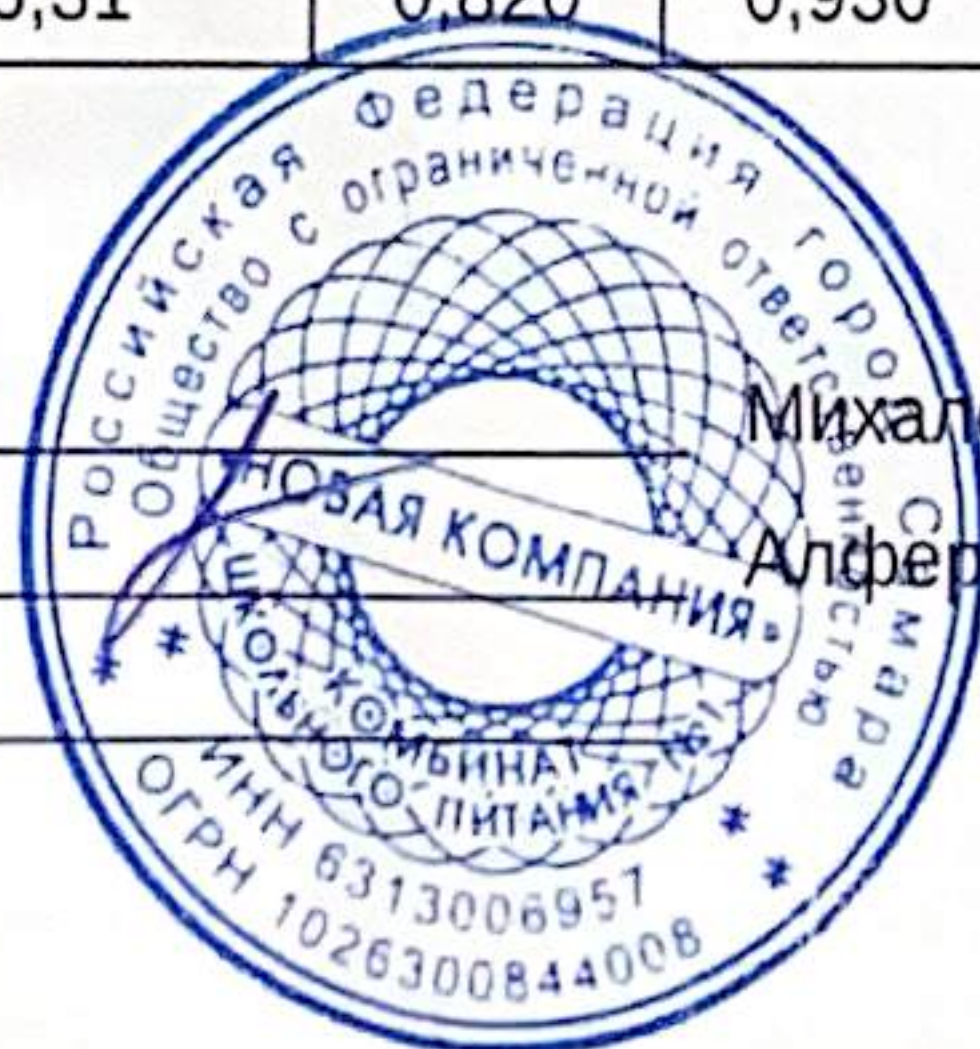
БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
51,10	56,79	246,31	0,820	0,930	9,98	220,62	0,00	584,60	775,82	180,90	8,75

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Handwritten signature



Михалев А.И.

Алферова А.С.

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	40	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	379
Второй завтрак						
418	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	12,70	52,67
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,36	0,24	24,10	108
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*	100	9,93	14,82	13,33	226,46
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:		770	25,65	24,18	119,10	811
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
412	Чай черный с сахаром и лимоном	215	0,12	0,02	10,20	65,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		475	10,54	20,74	75,45	552
Весь рацион питания:		1800	45,97	59,43	273,68	1851

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
45,97	59,43	273,68	0,800	0,560	21,89	122,52	0,20	360,72	786,63	215,54	26,86

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

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

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

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

На 25.08.2026 (Вторник)

№ техн. карты	Наименование блюда	Цена, ₽	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
414	Кофейный напиток молочный с сахаром		200	3,17	2,68	15,96	101,11
1	Бутерброд с маслом сливочным		40	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:			440	12,52	18,03	60,78	456
Второй завтрак							
420	Кисломолочный напиток "Снежок"		100	2,80	2,50	11,00	78,00
123	Гренки из пшеничного хлеба		15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:			115	4,66	2,74	22,40	134
Обед							
71	Огурец свежий		50	0,43	0,07	1,21	7,00
73	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)		200	1,55	3,94	6,87	69,17
293	Гуляш из отварного сердца		80	10,35	3,73	4,40	92,60
330	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		150	8,32	5,22	39,61	238,79
417	Напиток из плодов шиповника		200	0,68	0,28	20,74	87,78
—	Хлеб пшеничный		30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной		40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:			750	26,35	14,02	100,69	636
Уплотненный полдник							
455	Булочка "Школьная"		80	6,68	2,56	4,76	244,00
148	Рагу из овощей с кабачками (с соусом томатным)		180	3,52	16,90	22,18	261,29
227	Яйцо вареное		20	0,26	0,23	0,01	32,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром		200	0,38	0,06	11,05	54,00
—	Хлеб пшеничный		20	1,59	0,20	9,67	47,00
Итого:			500	12,43	19,95	47,67	638
Весь рацион питания:		210,00	1805	55,96	54,74	231,54	1864

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
55,96	54,74	231,54	1,010	0,990	143,34	209,99	0,18	554,03	846,35	248,62	12,60

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

На 25.08.2026 (Вторник)



№ техн. карты	Наименование блюда	Цена, ₽	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
182	Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным		180	6,21	7,02	27,18	197,28
414	Кофейный напиток молочный с сахаром		150	2,38	2,01	11,97	75,83
1	Бутерброд с маслом сливочным		40	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:			370	11,04	16,58	53,77	409
Второй завтрак							
420	Кисломолочный напиток "Снежок"		100	2,80	2,50	11,00	78,00
123	Гренки из пшеничного хлеба		15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:			115	4,66	2,74	22,40	134
Обед							
71	Огурец свежий		30	0,26	0,04	0,73	4,20
73	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)		150	1,17	2,96	5,16	51,87
293	Гуляш из отварного сердца		80	10,35	3,73	4,40	92,60
330	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным		120	6,66	4,18	31,69	191,03
417	Напиток из плодов шиповника		150	0,51	0,21	15,56	65,83
—	Хлеб пшеничный		20	1,59	0,20	9,67	47,33
—	Хлеб ржаной		30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:			580	22,52	11,68	77,23	505
Уплотненный полдник							
455	Булочка "Школьная"		80	6,68	2,56	4,76	244,00
148	Рагу из овощей с кабачками (с соусом томатным)		150	2,93	14,08	18,48	217,74
227	Яйцо вареное		20	0,26	0,23	0,01	32,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром		150	0,28	0,04	8,29	40,50
—	Хлеб пшеничный		20	1,59	0,20	9,67	47,00
Итого:			420	11,74	17,11	41,21	581
Весь рацион питания:		210,00	1485	49,96	48,11	194,61	1629

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
49,96	48,11	194,61	0,870	0,860	108,91	203,29	0,14	463,18	758,67	205,53	10,91

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

[Signature]



Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

СОГЛАСОВАНО

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

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

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

На 26.08.2026 (Среда)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
199	Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	200	9,48	9,21	38,22	273,33
413	Чай черный с молоком и сахаром	200	2,97	2,60	15,90	98,89
3	Бутерброд с сыром	40	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		440	19,13	20,26	73,51	552
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
Обед						
46	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	50	0,65	1,60	3,23	30,20
63	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	200	1,61	4,18	9,63	82,58
324	Котлеты рубленые из птицы с соусом (фк)	60/20	9,70	13,92	7,89	196,00
332	Рис отварной с маслом сливочным	150	3,57	5,11	34,86	210,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	0,38	0,06	11,05	54,00
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		750	20,93	25,65	94,52	713
Уплотненный полдник						
252	Запеканка из творога с морковью	150	17,49	15,44	35,67	301,00
369	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,00
393	Напиток из ягодной смеси	200	0,20	0,10	13,00	75,00
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
386	Фрукт свежий	100	0,93	0,20	8,07	62,67
Итого:		500	20,79	17,30	70,39	516
Весь рацион питания:		1805	62,93	63,46	263,70	1894

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
62,93	63,46	263,70	0,640	1,080	104,33	289,36	0,10	933,16	1144,18	325,33	17,28

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

С.И.



Михалев А.И.

Алферова А.С.

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «МБОУ г.о. САМАРА»

На 26.08.2026 (Фирма)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
199	Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	8,53	8,29	34,40	246,00
413	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,22	1,95	11,92	74,17
3	Бутерброд с сыром	40	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		370	17,43	18,69	65,71	500
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
Обед						
46	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	30	0,39	0,96	1,94	18,12
63	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	150	1,21	3,14	7,22	61,94
324	Котлеты рубленые из птицы с соусом (фк)	60/20	9,70	13,92	7,89	196,00
332	Рис отварной с маслом сливочным	120	2,86	4,09	27,89	168,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	150	0,28	0,04	8,29	40,50
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		580	18,01	22,71	72,92	584
Уплотненный полдник						
252	Запеканка из творога с морковью	120	13,99	12,35	28,54	240,80
369	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,00
393	Напиток из ягодной смеси	150	0,15	0,08	9,75	56,25
—	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	17,24	14,19	60,01	437
Весь рацион питания:		1485	54,76	55,84	223,92	1633

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
54,76	55,84	223,92	0,550	0,900	92,54	260,92	0,08	807,82	983,11	268,97	15,83

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.
Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

СОГЛАСОВАНО

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

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

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

На 27.08.2026 (Четверг)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	200	8,94	8,01	41,45	274,29
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	15,47	19,10	73,65	529
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Варенец"	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	106
Обед						
46	Винегрет с луком репчатым	50	0,68	3,09	4,22	47,00
95	Суп с рыбными консервами (сельдь)	200	6,06	8,43	5,20	120,89
303	Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	80	7,60	12,50	13,80	110,00
330	Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	150	4,41	3,80	30,47	173,70
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	24,21	28,62	109,32	706
Уплотненный полдник						
441	Ватрушка с творогом	80	10,53	6,26	33,34	262,40
100	Суп молочный с вермишелью	200	5,75	5,21	18,84	145,00
376	Чай черный с сахаром	200	0,06	0,02	9,50	52,38
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		500	17,93	11,69	71,35	507
Весь рацион питания:		1805	62,37	62,15	269,72	1847

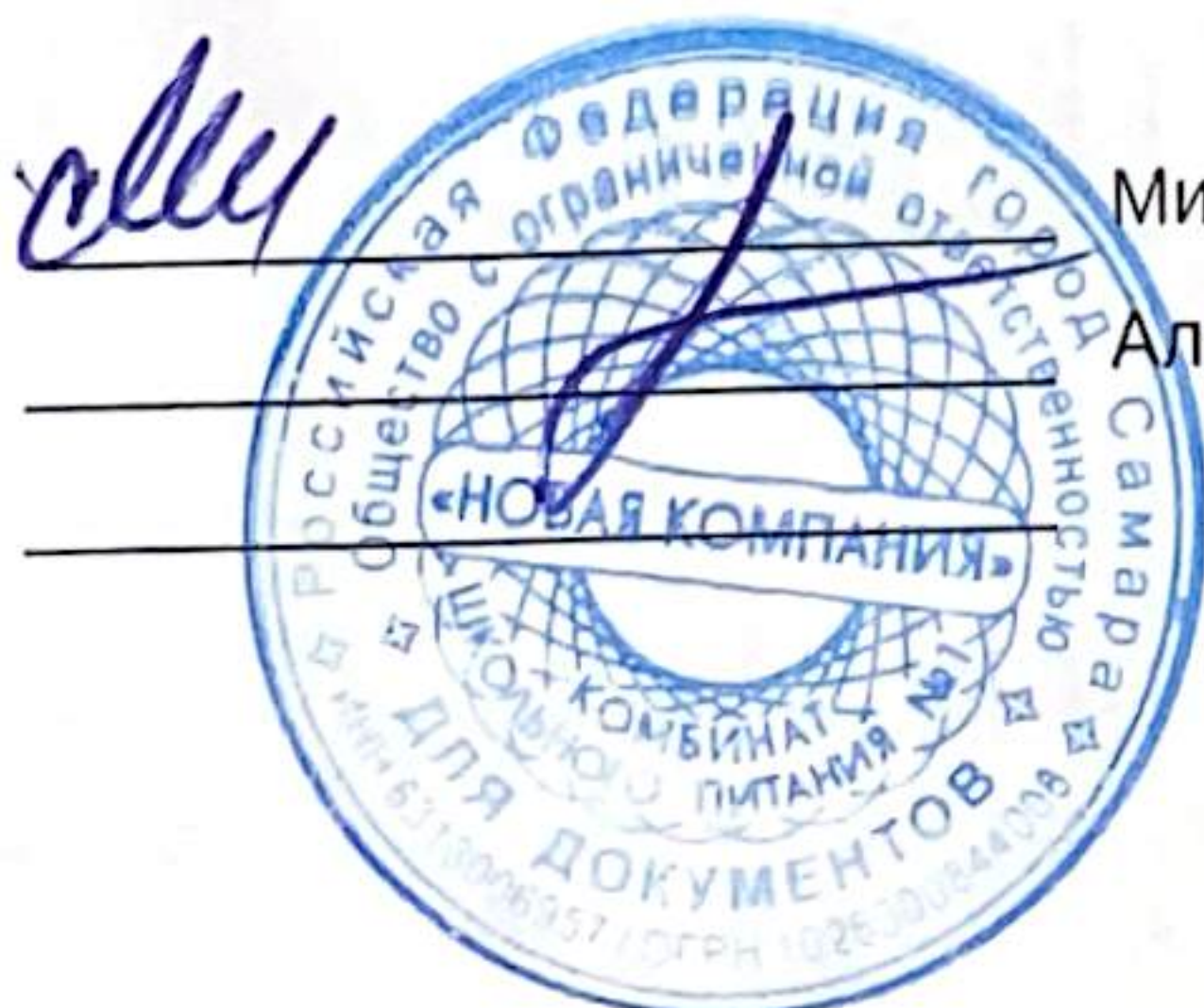
Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
62,37	62,15	269,72	0,760	1,190	19,38	243,29	3,40	846,15	1203,87	245,82	24,98

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 27.08.2026 (Четверг)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	8,05	7,21	37,30	246,86
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	13,56	17,42	65,10	472
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Варенец"	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	106
Обед						
46	Винегрет с луком репчатым	30	0,41	1,85	2,53	28,20
95	Суп с рыбными консервами (сельдь)	150	4,54	6,32	3,90	90,67
303	Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	80	7,60	12,50	13,80	110,00
330	Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	120	3,53	3,04	24,38	138,96
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	19,98	24,29	85,12	552
Уплотненный полдник						
441	Ватрушка с творогом	80	10,53	6,26	33,34	262,40
100	Суп молочный с вермишелью	160	4,60	4,17	15,07	116,00
376	Чай черный с сахаром	150	0,04	0,01	7,13	39,29
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		410	16,76	10,64	65,21	465
Весь рацион питания:		1475	55,06	55,09	230,83	1595

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
55,06	55,09	230,83	0,620	1,030	14,61	217,88	3,40	721,53	1020,64	206,64	19,68

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



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 28.08.2026



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	200	10,55	9,16	38,90	280,00
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	200	3,17	2,68	15,96	101,11
3	Бутерброд с сыром	40	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		440	20,40	20,29	74,25	561
Второй завтрак						
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	0,19	0,03	5,52	27,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,05	0,27	16,92	83
Обед						
38	Салат овощной с яблоками и свеклой	50	0,59	0,10	3,64	17,80
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	84,00
319	Птица, тушенная в соусе с овощами (фк)	180	9,09	6,50	16,49	261,00
394	Компот из кураги	200	0,43	0,02	27,10	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:		700	17,28	9,67	88,80	617
Уплотненный полдник						
—	Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
277	Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом (фг)	100	10,17	7,33	7,83	162,50
331	Каша рисовая с маслом сливочным	150	2,27	3,73	22,14	132,25
412	Чай черный с сахаром и лимоном	200/8/7	0,12	0,02	10,20	65,00
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
Итого:		545	18,69	16,28	91,87	639
Весь рацион питания:		1800	58,42	46,51	271,84	1900

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
58,42	46,51	271,84	0,930	0,990	36,79	203,35	1,89	680,23	1080,64	354,64	13,93

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Handwritten signature



Михалев А.И.
Алферова А.С.

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «МБОУ г.о. САМАРА»

На 28.08.2026 (пятница)

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	9,50	8,25	35,01	252,00
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	150	2,38	2,01	11,97	75,83
3	Бутерброд с сыром	40	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		370	18,56	18,71	66,37	508
Второй завтрак						
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	0,19	0,03	5,52	27,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	2,05	0,27	16,92	83
Обед						
38	Салат овощной с яблоками и свеклой	30	0,35	0,06	2,19	10,68
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,70	10,28	63,00
319	Птица, тушенная в соусе с овощами (фк)	180	9,09	6,50	16,49	261,00
394	Компот из кураги	150	0,32	0,02	20,32	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:		560	14,94	8,84	68,97	519
Уплотненный полдник						
—	Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
277	Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом (фг)	100	10,17	7,33	7,83	162,50
331	Каша рисовая с маслом сливочным	120	1,82	2,98	17,71	105,80
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
412	Чай черный с сахаром и лимоном	150	0,09	0,02	7,65	43,50
Итого:		440	17,42	15,43	80,06	568
Весь рацион питания:		1485	52,97	43,25	232,32	1677

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
52,97	43,25	232,32	0,830	0,870	29,35	193,40	1,89	601,23	976,61	320,26	12,28

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

