

Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 3–7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)»

На 30.10.2026 (Пятница)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
183	Каша "Дружба" молочная с тыквой с сахаром и маслом сливочным	200	6,36	6,91	35,82	231,22
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	11,78	17,06	66,34	466,11
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
325	Фрикадельки из филе индейки в соусе	80	13,73	7,08	7,70	149,00
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	29,64	18,20	116,34	749,63
Уплотненный полдник						
453	Булочка "Дорожная"	80	5,42	11,17	41,71	289,60
220	Макаронные 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	66,43	62,83	295,07	2014,56

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
66,43	62,83	295,07	0,980	1,080	24,96	269,74	0,00	665,92	864,31	205,56	9,54

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алфёрова А.С.



МБОУ г.о. САМАРА

Возрастная категория: 1.5–3 лет

Руководитель «МБОУ г.о.

На 30.10.2026 (Пятница)



БЖУ, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
59,15	57,14	251,55	0,830	0,930	16,59	247,55	0,00	581,42	762,80	179,34	8,21

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.



Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 3–7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)

На 02.11.2026 (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	Бутерброды с маслом	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						
399	Сок фруктовый	100	0,75	0,00	19,05	79,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
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	71,14
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		750	23,66	21,22	116,43	766,23
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	70,50
Итого:		505	11,83	22,29	82,86	600,30
Весь рацион питания:		1810	45,52	58,02	284,77	1879,95

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
45,52	58,02	284,77	0,820	0,580	24,35	122,91	0,20	360,04	780,79	219,69	27,53

Директор

Зав. производством

Web-новар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)»

На 02.11.2026 (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	Бутерброды с маслом	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						
399	Сок фруктовый	100	0,75	0,00	19,05	79,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
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	47,43
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		580	19,73	18,76	89,93	616,67
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	47,00
412	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,10	0,02	8,54	54,42
Итого:		440	10,52	20,74	73,79	541,22
Весь рацион питания:		1505	39,77	53,34	243,58	1640,69

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
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



Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 3–7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)

На 03.11.2026 (Вторник)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
199	Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	200	8,97	9,99	31,70	252,38
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	200	3,17	2,68	15,96	101,11
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		440	14,59	20,22	62,28	489,49
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	133,50
Обед						
46	Винегрет с луком репчатым	50	0,68	3,09	4,22	47,00
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	26,60	17,04	103,70	675,94
Полдник						
457	Булочка российская	80	5,63	6,41	44,41	257,33
148	Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	2,66	12,77	16,77	204,39
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	30	2,38	0,30	14,50	70,50
Итого:		510	11,31	19,77	86,74	618,22
Весь рацион питания:		1815	57,16	59,77	275,12	1917,15

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
57,16	59,77	275,12	1,060	1,180	141,94	256,76	0,08	622,38	871,19	279,70	13,06

Директор

Зав. производством

Щед-новар



МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5-3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)»

На 03.11.2026 (Вторник)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
199	Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	8,07	8,99	28,53	227,14
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	150	2,38	2,01	11,97	75,83
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		370	12,90	18,55	55,12	438,97
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	133,50
Обед						
46	Винегрет с луком репчатым	30	0,41	1,85	2,53	28,20
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	22,67	13,49	79,03	529,06
Полдник						
457	Булочка российская	80	5,63	6,41	44,41	257,33
148	Рагу из овощей (с соусом томатным)	150	2,22	10,65	13,97	170,32
227	Яйцо вареное	20	0,26	0,23	0,01	32,00
412	Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	0,34	0,05	9,94	48,60
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,00
Итого:		450	10,04	17,54	78,00	555,25
Весь рацион питания:		1515	50,27	52,32	234,55	1656,78

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
50,27	52,32	234,55	0,900	1,010	109,11	244,63	0,08	526,48	767,22	241,90	11,26

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михаев А.И.
Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)»

На 05.11.2026 (Четверг)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
182	Каша вязкая манная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	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	529,18
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	82,50
Обед						
21	Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	50	0,70	2,54	4,32	43,00
95	Суп с рыбными консервами (сельдь)	200	6,06	8,43	5,20	120,89
303	Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	40/40	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	24,23	28,07	109,42	701,52
Полдник						
453	Булочка "Дорожная"	80	5,42	11,17	41,71	289,60
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	30	2,38	0,30	14,50	71,00
Итого:		510	13,61	16,70	84,55	557,98
Весь рацион питания:		1815	55,36	64,14	284,54	1871,18

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, г			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
55,36	64,14	284,54	0,750	0,920	35,24	182,83	3,40	710,79	1057,57	267,32	24,77

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

Детский сад №78 (корпус 2)

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

Руководитель «Детский сад №78 (корпус 2)»

На 05.11.2026 (Четверг)



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак						
182	Каша вязкая манная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	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	472,03
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	82,50
Обед						
21	Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	30	0,42	1,52	2,59	25,80
95	Суп с рыбными консервами (сельдь)	150	4,54	6,32	3,90	90,67
303	Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	40/40	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	19,99	23,96	85,18	549,96
Полдник						
453	Булочка "Дорожная"	80	5,42	11,17	41,71	289,60
100	Суп молочный с вермишелью	180	5,18	4,69	16,96	130,50
376	Чай черный с сахаром	180	0,05	0,02	8,55	47,14
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		460	12,24	16,08	76,89	514,57
Весь рацион питания:		1525	47,84	57,73	244,09	1619,06

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
47,84	57,73	244,09	0,610	0,780	25,63	161,02	3,40	597,37	887,09	230,70	19,49

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

