

МЕНЮ

На 31.08.2026 (Понедельник)

Возрастная категория: 3–7 лет

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
182	Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	200	6,00	6,80	29,10	201,90
376	Чай черный с сахаром	200	0,06	0,02	9,50	52,38
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		440	8,51	14,37	53,22	390
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						
71	Помидор свежий	50	0,57	0,07	1,93	12,07
73	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	200	1,55	3,94	6,87	69,17
299	Шницели рубленные*	60	8,29	9,70	8,98	156,42
197	Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	150	15,48	6,19	31,31	242,88
393	Напиток из ягодной смеси	200	0,20	0,10	13,00	75,00
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
—	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Итого:		730	31,11	20,78	89,95	696
Уплотненный полдник						
443	Крендель сахарный	80	5,66	10,51	44,59	296,00
334	Рис отварной с овощами	200	4,29	4,57	42,17	279,05
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:		525	12,45	15,40	111,46	711
Весь рацион питания:		1810	54,43	50,79	278,73	1906

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
54,43	50,79	278,73	1,140	0,540	46,82	110,26	0,41	337,15	770,93	243,78	12,22

Директор

Зав. производством

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ №1

СОГЛАСОВАНО

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

Руководитель МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 28.08.2026 (Пятница)

Возрастная категория: 3–7 лет

№ 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	Са	Р	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

Михалев А.И.

Алферова А.С.



МЕНЮ

На 27.08.2026 (Четверг)

Возрастная категория: 3–7 лет

№ 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

с/с



Михалев А.И.

Алферова А.С.

МЕНЮ

На 26.08.2026 (Среда)

Возрастная категория: 3–7 лет

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак						
199	Каша пшенинная 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 рубленные 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	Залеканка 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, г			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	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

