

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

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

МБДОУ "Детский сад №67" г.о. Самара

МЕНЮ

На 10.11.2026 (Вторник)

Возрастная категория: 1.5-3 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	180	9,50	8,25	35,01	252,00
413	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,22	1,95	11,92	74,17
3	Бутерброд с сыром	30/10	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		370	18,40	18,65	66,32	506,17
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Ряженка"	100	2,90	2,50	4,20	51,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	4,76	2,74	15,60	106,50
Обед						
—	Свекла отварная	30	0,71	3,04	4,18	47,00
82	Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	150	1,35	3,41	9,14	70,88
294	Запеканка из печени с соусом сметанным	80	7,69	2,99	7,16	119,40
339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,60
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	16,28	14,05	72,08	512,24
Полдник						
100	Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	5,18	4,69	16,96	168,30
432	Оладьи с повидлом	60/20	4,65	7,33	37,55	257,00
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	11,47	12,24	72,73	519,77
Весь рацион питания:		1525	50,91	47,68	226,73	1644,68

Пищевая и биологическая ценность рациона за день

БЖУ, г			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
50,91	47,68	226,73	0,880	1,810	108,50	208,38	1,40	868,24	1054,51	297,32	34,58

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

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

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 10.11.2026 (Вторник)

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
413	Чай черный с молоком и сахаром	200	2,97	2,60	15,90	98,89
3	Бутерброд с сыром	30/10	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		440	20,20	20,21	74,19	558,89
Второй завтрак						
420	Кисломолочный напиток "Ряженка"	100	2,90	2,50	4,20	51,00
123	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,86	0,24	11,40	55,50
Итого:		115	4,76	2,74	15,60	106,50
Обед						
—	Свекла отварная	50	1,18	5,07	6,97	78,33
82	Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	200	1,80	4,55	12,19	94,51
294	Залеканка из печени с соусом сметанным	80	7,69	2,99	7,16	119,40
339	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
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	19,43	18,47	95,36	657,62
Полдник						
100	Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	200	5,75	5,21	18,84	187,00
432	Оладьи с повидлом	60/20	4,65	7,33	37,55	257,00
376	Чай чёрный с сахаром	200	0,06	0,02	9,50	52,38
—	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,30	14,50	71,00
Итого:		510	12,84	12,86	80,39	567,38
Весь рацион питания:		1815	57,23	54,28	265,54	1890,39

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
57,23	54,28	265,54	1,010	1,980	142,24	228,41	1,40	977,72	1209,98	347,17	36,77

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ №1

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 1.5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

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

На 09.11.2026 (Понедельник)

№ 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	180	5,40	6,12	26,19	181,71
376	Чай черный с сахаром	150	0,04	0,01	7,13	39,29
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00
Итого:		370	7,89	13,68	47,94	357,00
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						
70	Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,00
73	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	150	1,17	2,96	5,16	51,87
299	Шницели рубленные*	60	8,29	9,70	8,98	156,42
197	Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	120	12,38	4,95	25,05	194,30
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
—	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого:		560	25,80	18,28	69,14	561,37
Полдник						
443	Крендель сахарный	80	5,66	10,51	44,59	296,00
334	Рис отварной с овощами	160	3,43	3,66	33,74	223,24
412	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,10	0,02	8,54	54,42
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		440	10,78	14,39	96,54	620,99
Весь рацион питания:		1485	47,08	46,59	244,07	1673,86

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
47,08	46,59	244,07	0,950	0,500	30,09	99,58	0,17	289,65	657,26	201,40	11,13

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

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

На 09.11.2026 (Понедельник)

№ 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	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	390,28
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						
70	Огурец соленый	50	0,40	0,05	0,85	5,00
73	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	200	1,55	3,94	6,87	69,17
299	Шницели рубленые*	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	30,94	20,76	88,87	689,07
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	215	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	711,05
Весь рацион питания:		1810	54,51	50,77	284,00	1924,90

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
54,51	50,77	284,00	1,160	0,570	38,00	110,19	0,20	345,15	773,36	242,71	12,72

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



МЕНЮ

На 06.11.2026 (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 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
3	Бутерброд с сыром	30/10	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		440	16,75	18,93	65,55	500,31
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	105,50
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	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	616,73
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	215	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	639,25
Весь рацион питания:		1800	57,48	47,62	261,62	1861,79

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
57,48	47,62	261,62	0,900	0,890	31,85	173,83	1,99	755,41	1080,84	239,78	11,23

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

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

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 06.11.2026 (Пятница)

Возрастная категория: 1.5–3 лет

№ 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
414	Кофейный напиток молочный с сахаром	150	2,38	2,01	11,97	75,83
3	Бутерброд с сыром	30/10	6,68	8,45	19,39	180,00
Итого:		370	15,27	17,48	58,54	453,11
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	105,50
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	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	519,21
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
412	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,10	0,02	8,54	54,42
—	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
Итого:		470	17,43	15,43	80,95	578,55
Весь рацион питания:		1515	52,40	44,49	223,86	1656,37

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
52,40	44,49	223,86	0,800	0,800	24,78	168,83	1,98	679,66	985,85	214,19	9,85

Директор

Зав. производством

Шеф-повар



МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 05.11.2026 (Четверг)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

№ 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	2,65	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	Гёфтели 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	B1	B2	C	A	E	Ca	P	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

Михалев А.И.

Зав. производством

Алферова А.С.

Шеф-повар

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 05.11.2026 (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 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, гр			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	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

Михалев А.И.

Алферова А.С.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

На 03.11.2026 (Вторник)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

№ 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

Михалев А.И.

Алферова А.С.

ОСО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

СОГЛАСОВАНО

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

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, г			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	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

Шеф-повар

Михалев А.И.

Алферова А.С.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
№1

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 1,5–3 лет

СОГЛАСОВАНО

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

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	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

Михалева А.И.

Алферова А.С.