

# ООО "Комбинат школьного питания" МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ)

## Меню дневного рациона на 15.10.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного раймна

∑∭ Т.Н.Аврискина

Сорвасовано,

Заведующий МЕНОУ	1
Theeney	
The way	

Выход (г)	Паименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стонмость питания (руб)
	<u> Завтрак</u>		
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
	<u> Завтрак 2</u>		
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеволы-15	
	<i>Ο</i> δε <i>δ</i>	,	
400/	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным,	ккал-104. Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
130	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Xлеб рэканой .	ккал-67. Белки-2. Углеводы-14	
	<u>Уплотненный пол</u>	<u>дник</u>	
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106. Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
	Напиток из плодов-шиповника.	ккал-111, Белки-1, Углеводы-27	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182. Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
	Итого за день: 4	ккал-1 608, Белки-57, Жиры-45, Углеводы-244	210-00

Зав. производетвом

Макарова Е

галгер Жолеег

Бухгалтер калькул**у**гар

Колесинкова Г. Г



## ООО "Комбинат школьного питания" МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ+яйцо)

## Меню дневного рациона на 15.10.2025

Согнасовано:

Утверждаю:

Заведующий МБДС

Генеральный директор

Промышленного района

ООО "Комбинат Шкомьного Питания"

с Т.Н.Авраскина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u>Завтрак</u>		
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
150	Вермишель отварная с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3. Жиры-1. Углеводы-16	
	<u> Завтрак 2</u>		
200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
-	<u>Обед</u>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	•
1 ) ( )	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	17 - 4	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
	<u>Уплотненный пол</u>	<u>дник</u>	
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
	B	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
	**	ккал-111. Белки-1. Углеводы-27	
20	37	ккал-60, Белки-2. Жиры-1. Углеводы-11	
		ккал-1 514, Белки-50, Жиры-37, Устероты-246	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Углеводы-246

олесинкова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ+говядина)

### Меню дневного рациона на 15.10.2025

Генеральный директор ООО "Комбинат Шистыного Питания" Промышленного района

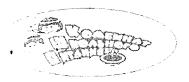
ДДLАврискина.

Согласовано:

Утверждаю:

Заведующий Мынож	1
I proment	-
1 7 7000	
The second secon	-

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u> Завтрак</u>		
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138. Белки-9, Жиры-11. Углеводы-1	
180	Чай с сахаром.	ккал-29. Уплеволы-7	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
	<u>Завтрак 2</u>		
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
	<u>Обед</u>		
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	>
80	Тефтели куриные с томатным соусом	ккал-135. Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193. Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91. Белки-3. Жиры-1. Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67. Белки-2. Углеводы-14	
	<u>Уплотненный пол</u>	<u>едник</u>	
80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Рис отварной с подсолнечным маслом	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180	Напиток из плодов шиповника.	ккал-111, Белки-1, Углеводы-27	
$2\theta$	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1. Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
	Итого за день:	ккал-1 640, Белки-59. Жиры-47. Углеводы-246	210-00
	Зав. производством	Макарова Е. Е. Бухгалтер калькулятер	Колестикова Е



#### Утверждаю:

Согласовано;

Генеральный директор

ООО "Комбинат Школьного Питация"

Промыциона района

Г.Н.Авристина

#### ООО "Комбинат школьного питания"

№БДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (исключение рыбы) Заведующий МБДОУ

### Меню дневного рациона на 15.10.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), беяки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u>Завтрак</u>		
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
	<u> Завтрак 2</u>		
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
c .	<u>Обед</u>		
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82. Белки-3. Жиры-3, Углеводы-11	
· 70	Тефтели из говядины в томатном coyce.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Xлеб рэканой .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
	<u>Уплотненный пол</u>	<u>дник</u>	
$6\theta$	Филе куриное тушеное с овощами	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4. Углеводы-25	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
$5\theta$	Ватрушка с повидлом.	ккал-182. Белки-4, Жиры-2. Углеводы-37	
	Итого за день:	ккал-1 673. Белки-65. Жиры-50.	210-00

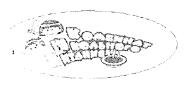
Зав. производством



Макарова Е.Е.

Углеводы-241

Колесинкова Г. Б.



## ООО "Комбинат школьного питания" МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)

### Меню дневного рациона на 15.10.2025

Утверждаю:

Согласовано:

Заведующий МЕ

Генеральный директор

Промышленного района

"Комбинат Школьного Питания"

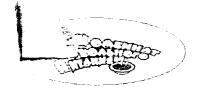
Т.Н. Аврискина

			· <del>p · · · · · · · · · · · · · · · · · ·</del>
Выход (г)	. Наименование блюда	эн, цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u> Завтрак 1</u>		
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146. Белки-5. Жиры-7. Углеводы-15	
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167. Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с сахаром.	ккал-29. Углеводы-7	
	<u> Завтрак 2</u>		
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
	<u>Обед</u>		
150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Тефтели из говядины в томатном coyce.	ккал-127. Белки-6. Жиры-7. Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом сливочным, огурец свежий	ккал-201, Белки-13, Жиры-4. Углеводы-28	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60. Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб рэканой.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
	<u>Уплотненный по</u>	<u>тдник</u>	
80	Рыба тушеная с овощами.	-ккал-106, Белки-10, Жиры-7. Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
150	Напиток из шиповника	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182. Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
	Итого за день	: ккал-1 569. Белки-61. Жиры-51.	210-00

Углеводы-215

Завлиронзводством 🎾

Макарова Е.Т.



## ООО "Комбинат школьного питания" МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара

#### Меню дневного рациона на 15.10.2025

Заведующий МЕ

ООО "Комбинат Школьного Питания"

Т.Н.Аврискина

Утверждаю:

Согласовано

Генеральный директор

Промышленного района

Стоимость эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), Выход (г) Наименование блюда питания витамины (мг), микроэлементы (мг) (руб) <u>Завтрак 1</u> Бутерброд с сыром и сливочным 5/10/30 ккал-146. Белки-5, Жиры-7. Углеводы-15 маслом 50 Икра морковная. ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4 Омлет натуральный с маслом 105 ккал-167, Белки-11, Жиры-13. Углеводы-2 сливочным. 200 Чай с сахаром ккал-33. Углеводы-8 <u> Завтрак 2</u> 100 Яблоки свежие. ккал-44. Углеводы-10 Обед Борщ из свежей капусты с 200/5/1 ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 картофелем, сметаной и укропом Тефтели из говядины в томатном 70 ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 coyce. Пюре гороховое с маслом сливочным, 150 ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28 огурец свежий 180 Компот из изюма ккал-102, Углеводы-25 30 Хлеб пшеничный.. ккал-91. Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 30 Xлеб рэканой. ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 Уплотненный полдник 80 Рыба тушеная с овощами. ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 150 Отварной рис. ккал-190. Белки-4, Жиры-5. Углеводы-32 200 Напиток из плодов шиповника. ккал-100, Белки-1, Углеводы-24 20 Хлеб пшеничный ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11 50 Ватрушка с повидлом. ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37

Итого за день: ккал-1 741, Белки-65, Жиры-54. Углеводы-248

210-00

лесникова Е Б

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалте