

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

Меню дневного рациона

на 12.11.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Завелующий МБЛОУ.

Заведую	JULIAN IVIDAÇO		1
1 1			
		401000	
		The same of the sa	7
,70	V -		<b>/</b> ,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
±	Завтрак		
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	
Į.	<u>Обед</u>		
50/5/7	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
5 70 54	Тефтели из говядины в томатном coyce.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
130/26	Пюре гороховое, огурец консервированный	ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
	<u>Уплотненный пол</u>	<u>адник</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	
1.4	Итого за день:	ккал-1 563, Белки-61, Жиры-50, Углеводы-214	210-00

**М**акарова Е.Е.

Бухгалтер ; калькулят фр. Олесникова Е.Б.

Зав. производством



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

Меню дневного рациона на 12.11.2025

Утверждаю: Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышлейного района Т.Н.Аврискина

**У**Сорбасовано:/-

Заведующий МБДОУ

	/
н. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
	питания
мины (мг), микроэлементы (мг)	(руб)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (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	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
	<u>Завтрак 2</u>		
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
3 4 · · · ·	<u>Обед</u>		
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
\$ <b>70</b> 33	Тефтели из говядины в томатном coyce.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
130/20	Пюре гороховое, огурец консервированный	ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб рэканой .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
×	<u>Уплотненный пол</u>	<u>ідник</u>	
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-1 735, Белки-65, Жиры-54, Углеводы-248	210-00 .: /
	Зав. производством	Макарова Е.Е. Бухгалтер - калькулятер	колесникова Е.Б



Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор

ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона

	на 12.11.2025	(r)	Стоимость
Выход (г)		эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
	Zaomnav		

#### <u>Завтрак</u>

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
50	маслом Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
105	Омлет натуральный с маслом	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2
M 180 Y	сливочным. Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

### <u>Завтрак 2</u>

_ 100 Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10
----------------------	----------------------

, -	Ove
-	

	Борщ из свежей капусты с	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
	Killivilling ig M. Chellullon a vaponon	
: 70:	Тефтели из говядины в томатном	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
3 70.4	couce	

	coyce.	
120/20	Пюре гороховое, огурец	ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27
130/20	консервированный	

180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25
,	Упоб пиноничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

<i>30</i>	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14
-----------	---------------	-------------------------------

### Уплотненный полдник

	011.10	
60	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
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37
30	ритрушки с поонолом	65 216 50

**Итого за день:** ккал-1 667, Белки-65, Жиры-50, Углеводы-240

210-00

Колесникова Е.Б.

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер калькулятор



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

# Меню дневного рациона

на 12.11.2025

Утверждаю: Генеральный директор ООО "Комбинат Школьного Питания" Промышленного района

Согласовано: Заведующий МБДОУ

Зыход (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			
<i>30</i>	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16			
i,-	<u> Завтрак 2</u>				
200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20			
r · · ·	<u>Обед</u>				
14 200/1	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			
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	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			
ı ·	<u>Уплотненный полдник</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			
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11			
10	Хлебцы (без глютена)	ккал-34, Белки-1, Углеводы-8			
* 111	Итого за день:	ккал-1 548, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-254	210-00		

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Зав. производством



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

# Меню дневного рациона

на 12.11.2025

Утверждаю: Генеральный директор ООО "Комбинат Школьного Питания" Промышленного района

Т.Н.Аврискина Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Стоимость

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	стоимость питания (руб)
ę ź	<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	
<i>30</i>	Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
,	<u>Завтрак 2</u>		
<i>150</i>	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
J <del>-</del>	<u>Обед</u>		
<sup>13</sup> 200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
<b>70</b>	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	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 рэканой .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
z	<u>Уплотненный пол</u>	<u>ддник</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	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
, i 13	Итого за день:	ккал-1 608, Белки-57, Жиры-45, Углеводы-244	210-00

Бухгалтер калькулятор лесникова Е.Б.

Зав. производством

Макарова Е.Е.



#### Утверждаю:

Генеральный директор

000 "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

Согласовано:

Т.Н.Аврискина

Стбимость

ООО "Комбинат школьного питания"

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

### Меню дневного рациона на 12.11.2025

ыход (г)	. Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Zaemnav	

Выход (г)	. Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
	<u>Завтрак</u>	en e	<sub>9</sub> it.
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
. 100 <u>.</u>	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<i>30</i>	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>		
<sup>13</sup> 200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
60	Тефтели куриные паровые без риса	ккал-75, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-4	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	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	
<i>30</i>	Хлеб рэканой .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
4	<u>Уплотненный пол</u>	<u>ідник</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	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
11)	Итого за день:	ккал-1 601, Белки-61, Жиры-42,	210-90

Углеводы-246

Бухгалтер

калькулятор

олесникова Е.Б.

Зав. производством

Макарова Е.Е.