



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки(г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

- 10/20 Бутерброд с маслом сливочным
40 Яйцо отварное
150/5 Кашиа геркулесовая молочная жидкая с маслом.
180 Какао напиток с молоком
- ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
ккал-63, Белки-5, Жиры-5
ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

- 100 Напиток кисломолочный Кефир.

Обед

- 150/1 Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом.
70 Котлеты куриные с соусом.
150 Кашиа перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная
180 Компот из яблок свежих
20 Хлеб пшеничный
20 Хлеб ржаной.
- ккал-84, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13
ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
ккал-88, Углеводы-21
ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

- 90 Ёжики Морские из рыбы со сметанным соусом
150 Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.
180 Кисель из сока натурального.
20 Хлеб пшеничный
42 Печенье "Рыбки"
- ккал-96, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7
ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
ккал-119, Углеводы-29
ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день:

210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор Холесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 01.12.2025

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Т.Н.Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки-(г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

- | | | |
|-------|--|--|
| 10/20 | Бутерброд с маслом сливочным | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 |
| 40 | Яйцо отварное | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 |
| 150/5 | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом. | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21 |
| 180 | Какао напиток с молоком | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |

Завтрак 2

- | | | |
|-----|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 100 | Напиток кисломолочный Кефир. | ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4 |
|-----|-------------------------------------|--------------------------------------|

Обед

- | | | |
|-------|--|--|
| 200/1 | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом | ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14 |
| 70 | Котлеты куриные с соусом. | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7 |
| 150 | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29 |
| 180 | Компот из яблок свежих | ккал-88, Углеводы-21 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19 |

Уплотненный полдник

- | | | |
|-----|---|---|
| 90 | Ёжики Морские из рыбы со сметанным соусом | ккал-96, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7 |
| 150 | Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный. | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13 |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11 |
| 42 | Печенье "Рыбки" | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20 |

Итого за день: ккал-1 757, Белки-54, Жиры-64,
Углеводы-242

210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - Колесникова Е.Б.
калькулятор



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

Меню дневного рациона
на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ*

У.Веселова

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

10/20	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	------------------------	----------------------

Обед

200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
50	Ржаной хлеб	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17

Уплотнённый полдник

60	Филе куриное тушеное с овощами	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день: ккал-1 768, Белки-56, Жиры-60, 210-00
Углеводы-247

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер -
калькулятор *Болесникова Е.Б.*



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

Меню дневного рациона
на 01.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ*

У.Веселова

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

10/20	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	------------------------	----------------------

Обед

200/1	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
50	Ржаной хлеб	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17

Уплотнённый полдник

60	Филе куриное тушеное с овощами	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день: ккал-1 768, Белки-56, Жиры-60, 210-00
Углеводы-247

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер -
калькулятор *Болесникова Е.Б.*



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ)
Меню дневного рациона
на 01.12.2025

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

Т.Н.Аврикина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным	ккал-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	------------------------	----------------------

Обед

200/Т	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным, кукуруза консервированная	ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

80	Ёжики Морские из рыбы с томатным соусом.	ккал-89, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец консервированный.	ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
180	Кисель из натурального сока.	ккал-151, Углеводы-37
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день: ккал-1 735, Белки-45, Жиры-54,
Углеводы-266 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.