



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 03.12.2025

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

Т.Н.Аврискина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Макарова Е.В.

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

Завтрак 1

- | | | |
|-------|-------------------------------------|--|
| 10/20 | Бутерброд с маслом сливочным | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 |
| 40 | Яйцо отварное. | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 |
| 200 | Суп молочный с вермишелью | ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19 |
| 180 | Какао напиток с молоком | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 |

Завтрак 2

- | | | |
|-----|--------------------------|--------------------------------------|
| 100 | Молоко кипяченое. | ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5 |
|-----|--------------------------|--------------------------------------|

Обед

- | | | |
|-------|--|---------------------------------------|
| 50 | Икра из свеклы | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5 |
| 200/1 | Суп картофельный с клёцками на бульоне и укропом. | ккал-92, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-12 |
| 70 | Колобки куриные с соусом томатным | ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6 |
| 130 | Пюре картофельное с маслом сливочным. | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 180 | Напиток из черной смородины | ккал-61, Углеводы-15 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |
| 40 | Хлеб ржаной | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19 |

Уплотненный полдник

- | | | |
|-----|---|--|
| 70 | Биточки "Детские" с соусом томатным. | ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7 |
| 150 | Капуста тушеная белокочанная | ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14 |
| 200 | Чай с сахаром | ккал-33, Углеводы-8 |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |
| 50 | Булочка "Домашняя" | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 |

Итого за день: ккал-1 651, Белки-55, Жиры-64,
Углеводы-213

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

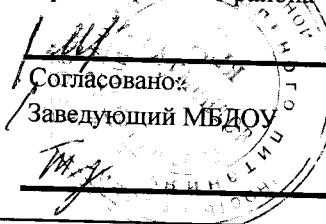
Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 03.12.2025

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



Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

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

Завтрак 1

- 10/20 **Бутерброд с маслом сливочным**
 40 **Яйцо отварное.**
 150 **Суп молочный с вермишелью.**
 180 **Какао напиток с молоком**
- ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
 ккал-63, Белки-5, Жиры-5
 ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14
 ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

- 100 **Молоко кипяченое.**
 ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5

Обед

- 30 **Икра свекольная**
 150/1 **Суп картофельный с клёцками на бульоне с укропом**
 70 **Колобки куриные с соусом томатным**
 120 **Пюре картофельное с маслом.**
 180 **Напиток из черной смородины**
 20 **Хлеб пшеничный**
 20 **Хлеб ржаной.**
- ккал-27, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3
 ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9
 ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6
 ккал-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11
 ккал-61, Углеводы-15
 ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
 ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

- 70 **Биточки "Детские" с соусом томатным.**
 130 **Капуста тушеная белокочанная .**
 180 **Чай с сахаром.**
 20 **Хлеб пшеничный**
 50 **Булочка "Домашняя"**
- ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
 ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
 ккал-29, Углеводы-7
 ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
 ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30

Итого за день: ккал-1 424, Белки-49, Жиры-57,
 Углеводы-177 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 03.12.2025

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

Лариса 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

- | | | |
|-----|--|--|
| 40 | <i>Яйцо отварное</i> | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 |
| 180 | <i>Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая</i> | ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 |
| 180 | <i>Чай с сахаром.</i> | ккал-29, Углеводы-7 |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |

Завтрак 2

- | | | |
|-----|-----------------------|---------------------------------------|
| 150 | <i>Яблоки свежие.</i> | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 |
|-----|-----------------------|---------------------------------------|

Обед

- | | | |
|-------|--|---------------------------------------|
| 150 | <i>Икра из свеклы</i> | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5 |
| 200/1 | <i>Суп картофельный с пшеном и укропом</i> | ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16 |
| 70 | <i>Колобки куриные с соусом томатным</i> | ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6 |
| 130 | <i>Картофельное пюре на отваре с маслом растительным</i> | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 180 | <i>Напиток из черной смородины</i> | ккал-61, Углеводы-15 |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |
| 30 | <i>Хлеб ржаной .</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 |

Уплотненный полдник

- | | | |
|-----|---|--|
| 70 | <i>Биточки "Детские" с соусом томатным.</i> | ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7 |
| 130 | <i>Капуста тушеная белокочанная .</i> | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 180 | <i>Чай с сахаром.</i> | ккал-29, Углеводы-7 |
| 20 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11 |
| 50 | <i>Булочка "Домашняя"</i> | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 |

Итого за день: ккал-1 574, Белки-46, Жиры-53,
Углеводы-228

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Болесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 03.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврикина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Макарова Е.В.

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

Завтрак

- | | | |
|-----|--|--|
| 40 | <i>Яйцо отварное</i> | ккал-63, Белки-5, Жиры-5 |
| 180 | <i>Бершишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая</i> | ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 |
| 180 | <i>Чай с сахаром.</i> | ккал-29, Углеводы-7 |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |

Завтрак 2

- | | | |
|-----|-----------------------|---------------------------------------|
| 150 | <i>Яблоки свежие.</i> | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 |
|-----|-----------------------|---------------------------------------|

Обед

- | | | |
|-------|--|---------------------------------------|
| 50 | <i>Икра из свеклы</i> | ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5 |
| 200/1 | <i>Суп картофельный с пшеном и укропом</i> | ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16 |
| 70 | <i>Колобки куриные с соусом томатным</i> | ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6 |
| 130 | <i>Картофельное пюре на отваре с маслом растительным</i> | ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 180 | <i>Напиток из черной смородины</i> | ккал-61, Углеводы-15 |
| 30 | <i>Хлеб пшеничный..</i> | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 |
| 30 | <i>Хлеб ржаной .</i> | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 |

Уплотненный полдник

- | | | |
|-----|---------------------------------------|--|
| 40 | <i>Филе куриное отварное.</i> | ккал-55, Белки-12, Жиры-1 |
| 130 | <i>Капуста тушеная белокочанная .</i> | ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 180 | <i>Чай с сахаром.</i> | ккал-29, Углеводы-7 |
| 20 | <i>Хлеб пшеничный</i> | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11 |
| 50 | <i>Булочка "Домашняя"</i> | ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30 |

Итого за день: ккал-1 508, Белки-50, Жиры-47, Углеводы-221 **210-00**

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - *Колесникова Е.Б.*
калькулятор



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона
на 03.12.2025

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

- 180 *Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая* ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36
 180 *Чай с сахаром.* ккал-29, Углеводы-7
 30 *Хлеб пшеничный..* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16

Завтрак 2

- 200 *Яблоки свежие.* ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20

Обед

- 50 *Икра из свеклы* ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
 200/1 *Суп картофельный с пшеном и укропом* ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16
 70 *Колобки куриные с соусом томатным* ккал-109, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-6
 130 *Картофельное пюре на отваре с маслом растительным* ккал-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
 180 *Напиток из черной смородины* ккал-61, Углеводы-15
 30 *Хлеб пшеничный..* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
 30 *Хлеб ржаной .* ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

- 70 *Биточки "Детские" с соусом томатным.* ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
 130 *Капуста тушеная белокочанная .* ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
 180 *Чай с сахаром.* ккал-29, Углеводы-7
 20 *Хлеб пшеничный* ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

Итого за день: ккал-1 327, Белки-37, Жиры-41, Углеводы-202 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Болсникова Е.Б.