



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 30.12.2025

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

5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3
150	Запеканка из творога с рисом со сметаной.	ккал-309, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-24
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10
150	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6
120	Макароны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24
150	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

Итого за день: ккал-1 707, Белки-61, Жиры-67, Углеводы-212

210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 30.12.2025

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

Согласовано
Заведующий МБДОУ
Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3
150	Запеканка из творога с рисом со сметаной.	ккал-309, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-24
200	Чай с молоком..	ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13

Завтрак 2

100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10
-----	----------------------	----------------------

Обед

20/5/20	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7
5/70/20	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной..	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6
130	Макароны отварные с маслом сливочным	ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28
200	Напиток шиповника	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

Итого за день: ккал-1 861, Белки-65, Жиры-70, Углеводы-243 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 30.12.2025

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Мусатова Е.Н.

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

Завтрак

30/27	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8

Завтрак 2

150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
-----	-----------------------	---------------------------------------

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной..	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

80	Филе куриное тушеное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2
180	Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36
200	Напиток шиповника	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
200	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

Итого за день: ккал-1 690, Белки-49, Жиры-51, Углеводы-260

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 30.12.2025

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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н. Аврискова

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
25 **Салат из моркови с сахаром..** ккал-13, Углеводы-3
150 **Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.** ккал-95, Белки-2, Углеводы-22
200 **Чай с сахаром** ккал-33, Углеводы-8

Завтрак 2

- 150 **Яблоки свежие.** ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15

Обед

- Выход
100/41 **Щи из свежей капусты с картофелем и укропом** ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8
70 **Биточки "Детские" с соусом томатным.** ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
130 **Каша гречневая вязкая с маслом растительным** ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18
180 **Компот из сухофруктов...** ккал-55, Углеводы-14
30 **Хлеб пшеничный.** ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
20 **Хлеб ржаной.** ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

- 70 **Печень тушеная в соусе.** ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6
180/41 **Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая** ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36
200 **Напиток шиповника** ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
320 **Хлеб пшеничный** ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50, **Печенье"Детское"** ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

Итого за день: ккал-1 685, Белки-46, Жиры-52,
Углеводы-256

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.