



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)  
Меню дневного рациона  
на 13.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

*М.Н.*  
Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Е.Н. Аверкина

*М.Н.* *Маркова Е.Н.*

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

Завтрак

- 5/10/30 **Бутерброд с сыром и сливочным маслом**  
ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15  
150 **Суп молочный с вермишелью.**  
ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14  
180 **Чай с сахаром.**  
ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

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

Обед

- 150/4 **Суп полевой на бульоне с укропом.**  
ккал-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12  
70 **Котлеты куриные с соусом.**  
ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  
120 **Рагу из овощей.**  
ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11  
180 **Напиток из апельсинов.**  
ккал-60, Углеводы-15  
220 **Хлеб пшеничный**  
ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  
20 **Хлеб ржаной.**  
ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

- 150/20 **Вареники из творога со сгущенным молоком**  
ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43  
180/3,5 **Чай с сахаром и лимоном.**  
ккал-30, Углеводы-7  
20 **Хлеб пшеничный**  
ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  
60 **Фрукты свежие**  
ккал-27, Углеводы-6  
50 **Печенье "Ночка"**  
ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32

Итого за день:

ккал-1 519, белки-51, Жиры-54, Углеводы-204 210-00

Зав. производством *Макарова Е.Н.*

бухгалтер  
калькулятор *Колесникова Г.Н.*



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 13.01.2026

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

Гаврилова Т.Н. Т.Н.Аврорина  
Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

- 5/10/30 *Бутерброд с сыром и сливочным маслом* ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15  
200 *Суп молочный с вермишелью* ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19  
180 *Чай с сахаром.* ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

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

Обед

- 200/1 *Суп полевой на бульоне с укропом* ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16  
70 *Котлеты куриные с соусом.* ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  
130 *Рагу из овощей* ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13  
180 *Напиток из апельсинов.* ккал-60, Углеводы-15  
30 *Хлеб пшеничный.* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  
30 *Хлеб ржаной.* ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

- 50/20 *Вареники из творога со сгущенным молоком* ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43  
200/3,5 *Чай с сахаром, лимоном.* ккал-33, Углеводы-8  
20 *Хлеб пшеничный* ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  
60 *Фрукты свежие* ккал-27, Углеводы-6  
50 *Печенье "Ночка"* ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32

**Итого за день:** ккал-1 684, Белки-55, Жиры-61,

Углеводы-229

**210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор Калесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ)  
Меню дневного рациона  
на 13.01.2026

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

*16/1* Т.Н.Аверкина  
Согласовано:  
Заведующий МБДОУ  
*Т.Н.Аверкина 16*

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  
200 *Чай с сахаром* ккал-33, Углеводы-8  
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

- 200/1 *Суп полевой на бульоне с укропом* ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16  
70 *Котлеты куриные с соусом.* ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  
130 *Рагу из овощей* ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13  
180 *Напиток из апельсинов.* ккал-60, Углеводы-15  
30 *Хлеб пшеничный..* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  
30 *Хлеб ржаной .* ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

- 200 *Плов из мяса птицы .* ккал-395, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-40  
200/3 *Чай с сахаром, лимоном.* ккал-33, Углеводы-8  
30 *Хлеб пшеничный..* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  
50 *Печенье"Ночка"* ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32

**Итого за день:** ккал-1 799, Белки-49, Жиры-63, Углеводы-259 **210-00**

Зав. производством

*16/1* Макарова Е.Е

Бухгалтер-  
калькулятор

*16/1* Колесникова Е.Е