



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
Е.П. Макарова

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

М.П. Макарова Е.П.

| 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-12 | |
|-----|-------------------|---------------------------------------|--|

Обед

| | | | |
|-------|-----------------------------------|---------------------------------------|--|
| 150/1 | 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 | |
| 20 | 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 | |

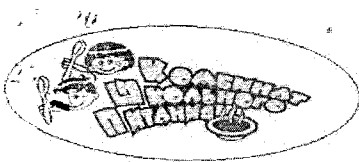
Итого за день: ккал-1 519, Белки-51, Жиры-54, Углеводы-204 210-00

Зав. производством

Макарова Е.П.

Бухгалтер
калькуляций

Колесникова Е.П.



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

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Г.П.Аврискина

Макарова Е.Е. *Колесникова Е.Б.*

| 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

150/20 *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

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 13.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

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

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 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

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.