

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

Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат школьного питания"  
Промышленного района

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврикшина

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

Завтрак

16/30 Бутерброд с маслом сливочным.

ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10

750/5 Каша ячневая молочная жидкая с  
маслом сливочным

ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27

180 Какао напиток с молоком

ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100 Фрукты свежие

ккал-44, Углеводы-10

Обед

15/150/ Суп картофельный с пшеном с рыбой с  
1 укропом.

ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12

200 Жаркое по-домашнему из цыплят,  
зеленый горошек.

ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15

180 Компот из сухофруктов...

ккал-55, Углеводы-14

20 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

20 Хлеб ржаной.

ккал-12, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

70 Котлеты куриные с соусом.

ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7

130 Капуста тушеная белокочанная.

ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12

180 Чай со смородиной.

ккал-35, Углеводы-9

20 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

70 Запеканка "Лакомка"

ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14

Итого за день: ккал-1432, Белки-53, Жиры-55,  
Углеводы-180

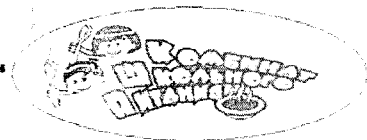
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Г.

бухгалтер-  
калькулятор

Иванова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат школьного питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

*Мухомов С.В.*

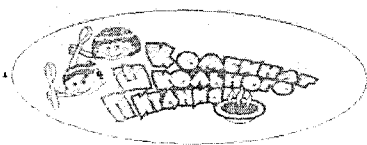
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
160/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
3/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
50	Ржаной хлеб	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Капуста тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
70	Запеканка " Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-24	
Итого за день:		ккал-1682, Белки-61, Жиры-59, Углеводы-223	210,00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Мухомова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленное предприятие

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

Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

*Мухомов С.Ю.*

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

Завтрак

200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

15/200/1	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1307, Белки-41, Жиры-28, Углеводы-201

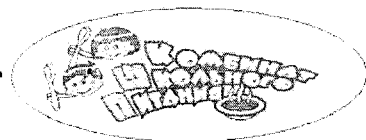
246 руб

Зав. производством

Макарова Е.И.

Бухгалтер  
калькуляций

Александрова С.А.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.П.Аврикшина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (исключение рыбы)

Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-17	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-236, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-45	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16	

Завтрак 2

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

Обед

200/1	Суп картофельный с пшеном и укропом	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
50	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
50	Ржаной хлеб	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	

Уплотненный полдник

70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Капуста тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
70	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	

Итого за день: ккал-1 675, Белки-58, Жиры-58,  
Углеводы-226

210-00

Зав. производством

Микротова Е.А.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.А.