

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

Макарова Е.Н. Т.Н.Аверкини  
Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Макарова Е.Н.

Выход (г)	Наименование блюда	Энергия (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

- 16/30 *Бутерброд с маслом сливочным.*  
50/5 *Каша яичная молочная жидкая с маслом сливочным*  
180 *Какао напиток с молоком*
- 50/5 *Фрукты свежие*

кал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11

кал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27

кал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

кал-44, Углеводы-10

Обед

- 15/150/ *Суп картофельный с пшеном с рыбой с 1 укропом.*  
200 *Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.*  
180 *Компот из сухофруктов...*  
20 *Хлеб пшеничный*  
20 *Хлеб ржаной.*

кал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12

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

кал-55, Углеводы-14

кал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

кал-12, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

- 70 *Котлеты куриные с соусом.*  
130 *Капуста тушеная белокочанная.*  
180 *Чай со смородиной.*  
20 *Хлеб пшеничный*  
70 *Запеканка "Лакомка"*

кал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7

кал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12

кал-35, Углеводы-9

кал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

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

Итого за день:

кал-1432, Белки-53, Жиры-55,

Углеводы-180

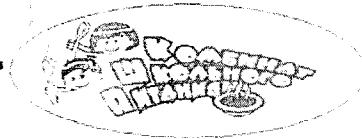
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Н.

Макарова Е.Н.  
Заведующий

Макарова Е.Н.



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

Утверждено:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат школьного питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Взход (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-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-19

Завтрак 2

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

Обед

- 5/200/ **Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью** ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12  
290 **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 тушеная белокочанная** ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14  
200 **Чай со смородиной.** ккал-39, Углеводы-10  
30 **Хлеб пшеничный..** ккал-91, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-19  
70 **Запеканка "Лакомка"** ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-19

Итого за день:

ккал-1 682, Белки-61, Жиры-59,

210-00

Углеводы-223

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

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

Завтрак

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

Завтрак 2

100	<b>Напиток из чёрной смородины.</b>	ккал-33, Углеводы-8
-----	-------------------------------------	---------------------

Обед

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

Уплотненный полдник

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

Итого за день:

ккал-1.307, Белки-41, Жиры-8, Углеводы-204

Зав. производством

Макарова Е.И.

Бухгалтерия  
кафетерия

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат школьного Питания"  
Проверяющий - р/н/н

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Макарова Е.И.

Макарова Е.И.



Утверждено:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Авикина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

*Мурзова Е.В.*

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона  
на 15.01.2026

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

Завтрак

- 10/30 *Бутерброд с маслом сливочным.* ккал-145, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10  
 200/5 *Каша ячневая молочная жидккая с маслом.* ккал-226, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18  
 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 тушеная белокочанная* ккал-113, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-14  
 200 *Чай со смородиной.* ккал-89, Углеводы-14  
 30 *Хлеб пшеничный..* ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  
 170 *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

*Макарова Е.П.*

Бухгалтерия

*Константина Е.В.*

калькулятор