



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ)
Меню дневного рациона
на 02.02.2026

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

Лебедев
Т.Н.Аврикина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Вес (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
 40 **Яйцо отварное** ккал-63, Белки-5, Жиры-5
 150 **Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным** ккал-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18
 180 **Чай с сахаром.** ккал-29, Углеводы-7
 150 **Яблоки свежие.** ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15

Завтрак 2

- 400-- **Сок фруктовый..** ккал-68, Углеводы-16

Обед

- 200/1 **Суп картофельный с горохом с укропом** ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
 70 **Котлеты куриные с соусом.** ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
 350 **Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным, кукуруза консервированная** ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
 180 **Компот из яблок свежих** ккал-88, Углеводы-21
 30 **Хлеб пшеничный..** ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
 30 **Хлеб ржаной .** ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

- 80 **Ёжики Морские из рыбы с соусом** ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5
 150 **Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец консервированный.** ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
 180 **Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).** ккал-101, Углеводы-25
 20 **Хлеб пшеничный** ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
 42 **Печенье "Рыбки"** ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день: ккал-1 698, Белки-43, Жиры-53,
Углеводы-263

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ+яйцо)

Меню дневного рациона

на 02.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (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
150	Каша геркулесовая на воде с маслом подсолнечным	ккал-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7
200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16
-----	------------------------	----------------------

Обед

в200/1)	Суп картофельный с горохом с укропом	ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
3150	Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным, кукуруза консервированная	ккал-171, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

480	Ёжики Морские из рыбы с соусом	ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5
3150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец консервированный.	ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
180	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).	ккал-101, Углеводы-25
320	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день:

ккал-1 657, Белки-38, Жиры-49,
Углеводы-268

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.



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

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Иромышленного района

Т.Н.Аврикина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 02.02.2026

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

Завтрак 1

- 10/20 Бутерброд с маслом сливочным
40 Яйцо отварное
150/5 Каши геркулесовая молочная жидкая с маслом.
180 МЕ. Какао напиток с молоком

Завтрак 2

- 100 Напиток кисломолочный Кефир.

Обед

- в200/1 Суп картофельный с горохом с укропом
70 Котлеты куриные с соусом.
150 Каши первая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная
180 Компот из яблок свежих
130/5 Хлеб пшеничный..
30 Хлеб ржаной .

Уплотненный полдник

- 40 Филе куриное отварное..
150 Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.
в2180/1 Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).
20 Хлеб пшеничный
42 Печенье "Рыбки"

Итого за день: ккал-1 663, Белки-58, Жиры-59, Углеводы-226 **210-00**

Зав. производством 66/1 Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор 66/1 Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 02.02.2026

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аврискина
Согласовано
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак 1

- 10/20 **Бутерброд с маслом сливочным** ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
 40 **Яйцо отварное** ккал-63, Белки-5, Жиры-5
 150/5 **Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.** ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
 180 **Какао напиток с молоком** ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

- 100 **Напиток кисломолочный Кефир.** ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4

Обед

- 200/1 **Суп картофельный с горохом с укропом** ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
 70 **Котлеты куриные с соусом.** ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
 150/0 **Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная** ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
 180 **Компот из яблок свежих** ккал-88, Углеводы-21
 30/5 **Хлеб пшеничный..** ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
 40 **Хлеб ржаной** ккал-89, Белки-3, Углеводы-19

Уплотненный полдник

- 80 **Ёжики Морские из рыбы с соусом** ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5
 150 **Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.** ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
 200/1 **Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)** ккал-112, Углеводы-28
 20 **Хлеб пшеничный** ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
 42 **Печенье "Рыбки"** ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день:

ккал-1 718, Белки-52, Жиры-63,
Углеводы-238

210-00

Зав. производством *lit* Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор *lit* Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона

на 02.02.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Завтрак 1

10/20	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4
-----	-------------------------------------	--------------------------------------

Обед

150/1	Суп картофельный с горохом и укропом.	ккал-80, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
180	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

80	Ёжики Морские из рыбы с соусом	ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
180	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный).	ккал-101, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20

Итого за день: 210-00
ккал-1 610, Белки-49, Жиры-62,
Углеводы-213

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Солесникова Е.Б.