



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 25.02.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Мухомова Е.И.

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

Завтрак 1

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Завтрак 2

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

Обед

200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
5/7/0/30	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
5/0/20	Пюре гороховое с маслом, огурцы консервированные.	ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
150	Отварной рис.	ккал-190, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200/1	Чай с яблоками и сахаром	ккал-35, Углеводы-9	
20/30	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
5/1/30	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	

Итого за день: ккал-1 670, Белки-64, Жиры-54,
Углеводы-233

210-00

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер -
калькулятор *Колесникова Е.Б.*



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

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона
на 25.02.2026

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

Завтрак 1

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

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

Обед

150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
5/170/30	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
130/20	Пюре гороховое с маслом, огурцы консервированные.	ккал-195, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-27	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
120	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Уплотненный полдник

80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180/6	Най с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	

Итого за день: ккал-1 534, Белки-61, Жиры-50,
Углеводы-208

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона

на 25.02.2026

Макарова Е.Е.

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

Завтрак

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
150	Вермишель отварная с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
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	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Рис отварной с маслом растительным	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	

Итого за день: ккал-1 616, Белки-53, Жиры-39,
Углеводы-264

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 25.02.2026

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

Завтрак

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
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	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
80	Тефтели куриные с томатным соусом	ккал-135, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	
130/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
180	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

80	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Рис отварной с маслом растительным	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	

Итого за день: ккал-1 582, Белки-58, Жиры-47,
Углеводы-232

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.