



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 02.04.2026

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
200/5	Каша пшённная молочная жидкая с маслом .	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
160	Рыба запеченая в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 622, Белки-71, Жиры-54, Углеводы-212	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

Согласовано:

и.о. Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона  
на 02.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
150/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом сливочным.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<b><u>Обед</u></b>			
150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
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	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
160	Рыба запеченая в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 477, Белки-67, Жиры-51, Углеводы-186	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н. Авряскина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона  
на 02.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами (без сметаны), огурец консервированный	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17	
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	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 150, Белки-46, Жиры-29, Углеводы-177	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

*Г.Н. Авришкина*  
Согласовано:

ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ+яйцо) № 0

Заведующий МБДОУ *В. В.*

Меню дневного рациона  
на 02.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	Каша пшениная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
200	Фрукты свежие	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
<b><u>Обед</u></b>			
12,5/20	Борщ из свежей капусты с 0/1 картофелем, курицей и укропом	ккал-106, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Птица тушеная с овощами (без сметаны), огурец консервированный	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17	
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	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
50	Рыба припущенная с луком	ккал-38, Белки-8	
150	Рис отварной с маслом растительным.	ккал-197, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-32	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 270, Белки-45, Жиры-26, Углеводы-214	<b>210-00</b>

Зав. производством

*Е.Е. Макарова*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

*Е.Б. Колесникова*

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона  
на 02.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
200/5	Каша пшённная молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
30	Филе куриное отварное..	ккал-41, Белки-9, Жиры-1	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 550, Белки-62, Жиры-52, Углеводы-209	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.