

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара  
 Меню дневного рациона  
 на 03.03.2026

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

Согласовано  
 Заведующий МБДОУ  
 Авришкина  
 (Official stamps and signatures)

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

**Завтрак 1**

5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
200	Чай с молоком..	ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	

**Завтрак 2**

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

**Обед**

200/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
5/17/20	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
13/20	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

**Уплотненный полдник**

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Макаронны отварные с маслом сливочным	ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28	
5/1/20	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

**Итого за день:** ккал-1 890, Белки-54, Жиры-65, Углеводы-273 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калкулятор Колесникова Е.Б.



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

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

Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ  
 (Signature and stamp of the kindergarten director)

Меню дневного рациона  
 на 03.03.2026

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

Завтрак 1

5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	11
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	34
180 <sup>M</sup>	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	12

Завтрак 2

100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	11
-----	---------------	----------------------	----

Обед

150/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	11
5/170/20	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	11
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	11
13, 20	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	11
20 <sup>M</sup>	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	11

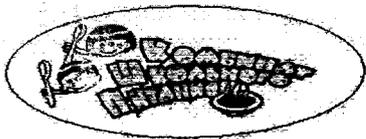
Уплотненный полдник

30 (г)	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	11
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	11
150/1	Макаронны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	11
5/11/20	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	11
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	11
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	11

Итого за день: ккал-1 736, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-242 **210-00**

Зав. производством (Signature) Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор (Signature) Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:

Заведующий МБДОУ



ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона  
на 03.03.2026

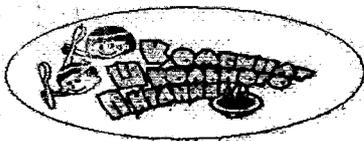
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/2	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом	ккал-105, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
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>			
170	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
150	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 672, Белки-45, Жиры-51, Углеводы-259	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

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

Согласовано:

Заведующий МБДОУ



Меню дневного рациона  
на 03.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
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>			
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180/1	Макаронны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
200	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 696, Белки-44, Жиры-54, Углеводы-258	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Жолесникова Е.Б.