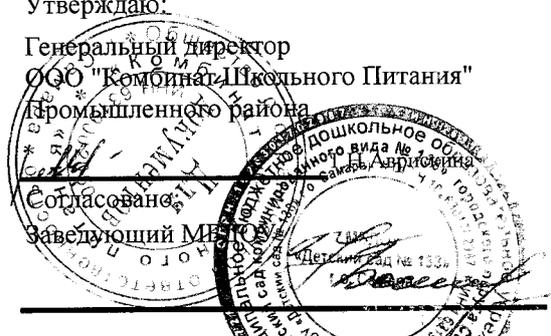




ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 12.03.2026

Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района
 Самары
 Согласовано:
 Заведующий МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара



№ п/п	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак 1

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	
130	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

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

Обед

90	Суп картофельный с пшеном с рыбой и зеленью	ккал-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
90	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
100	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
0	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
0	Вжаной 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 тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
90	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
100	Запеканка "Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	

Итого за день: ккал-1 682, Белки-61, Жиры-59, Углеводы-223 **21000**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калкулянтор Месникова Е.Б.

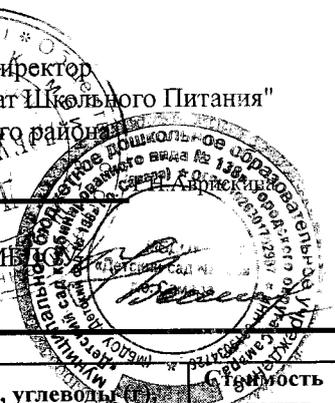
100
200
300
400
500
600
700
800
900
1000
1100
1200
1300
1400
1500
1600
1700
1800
1900
2000



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
 Меню дневного рациона
 на 12.03.2026

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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ



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

Завтрак 1

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
150/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

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

Обед

150/10	Суп картофельный с пшеном с рыбой с укропом.	ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
1080	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
50	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

Уплотненный полдник

70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
100	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
50	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Запеканка " Лакомка"	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	

Итого за день: ккал-1 432, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-180 **240.00**

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Бухгалтер - калькулятор *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)
Меню дневного рациона
на 12.03.2026

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

Завтрак

290	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
290	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	

Завтрак 2

100	Напиток из чёрной смородины.	ккал-33, Углеводы-8	
-----	------------------------------	---------------------	--

Обед

157/306	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	
130	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
160	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
290	Чай со смородиной .	ккал-39, Углеводы-10	
155/20	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день: ккал-1 307, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-201 210-00

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 (исключение рыбы)

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 12.03.2026



Выход (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	
130	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

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

Обед

100/1	Суп картофельный с пишеном 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	
130	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
100	Хлеб пшеничный.	ккал-151, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-27	
200	Ржаной хлеб	ккал-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	

Уплотненный полдник

100	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Капуста тушёная белокочанная	ккал-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
90	Чай со смородиной.	ккал-39, Углеводы-10	
90	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
250	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.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.