



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 13.03.2026

Согласовано
Заведующий МБДОУ



Код (-)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
---------	--------------------	---

Завтрак 1

10/30	Бутерброд с сыром	ккал-113, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-15
200/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33
80	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

70	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4
----	------------------	--------------------------------------

Обед

200/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
10/50	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
200/80	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29
60	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Уплотненный полдник

70	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
70	Оладьи из печени..	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2
200/130	Макаронны отварные с маслом сливочным	ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28
700	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
200	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30

Итого за день: ккал-1 734, Белки-57, Жиры-57, Углеводы-249 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Кресникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 13.03.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



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

Завтрак 1

10/30	Бутерброд с сыром	ккал-113, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-15
150/5	Каша Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4
-----	------------------	--------------------------------------

Обед

150/5/1 Вых. (г)	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
10/50	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
150	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2
50	Оладьи из печени.	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2
150/20	Макароны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24
750	Напиток из апельсинов	ккал-49, Углеводы-12
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30

Итого за день: ккал-1 573, Белки-53, Жиры-53, Углеводы-217 **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 (БКМ)

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



Меню дневного рациона
на 13.03.2026

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

Завтрак

30/20	Бутиерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
-----	----------------	---------------------------------------	--

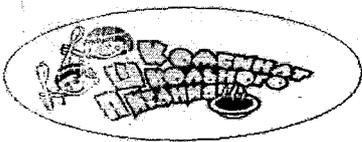
Обед

70/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
30/30	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
80	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Уплотненный молдник</u>			
50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
50	Оладьи из печени.	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2	
70/30	Макароны отварные с маслом растительным.	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	

Итого за день: ккал-1 717, Белки-45, Жиры-53, Углеводы-266 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аверкина
Согласовано:
Заведующий МБДОУ



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

Меню дневного рациона
на 13.03.2026

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
-----	----------------	---------------------------------------	--

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
30/3	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
60	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	
50	Оладьи из печени..	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2	
20/1	Макаронны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
300	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
150	Булочка "Домашняя" (без яйца)	ккал-205, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	

Итого за день: ккал-1 715, Белки-45, Жиры-53, Углеводы-266

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 (БКМ+говядина)

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



Меню дневного рациона
на 13.03.2026

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

Завтрак

200/200	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
780	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

МБДОУ 200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
-----------	----------------	---------------------------------------	--

Обед

200/1 Выход (г)	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
30	Биточки куриные с томатным соусом.	ккал-139, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-7	
130/30	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
20/30	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
130	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

МБДОУ 250	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
30	Филе куриное тушёное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
203/1 Выход (г)	Макаронны отварные с маслом растительным.	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
130/30	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	

Итого за день: ккал-1 759, Белки-52, Жиры-52, Углеводы-270 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.