



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 138" г.о. Самара
 Меню дневного рациона
 на 17.03.2026

Кол-во (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1			
40	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
30	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
Завтрак 2			
400	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
Обед			
75	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
100	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, 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	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
60	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	
100	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
130	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
Итого за день:		ккал-1 890, Белки-53, Жиры-65, Углеводы-274	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Косыгина 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 17.03.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
Самарского областного государственного учреждения
"Детский сад № 138" г.о.Самара * ОГРН 1023012380138

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

Завтрак 1

5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55
130 Мл	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

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

Обед

130/5/7	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6
5/10/0	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7
430	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18
130/0	Компот из сухофруктов..	ккал-55, Углеводы-14
100 Мл	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Уплотненный полдник

70	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2
150/7	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6
120	Макаронны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24
5/10/0	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
150/0	Печень "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

Итого за день: ккал-1 745, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-244 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е. Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.

30
70
150
120
430
20
150
20
150



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного назначения

Согласовано
Заведующий МБДОУ
Детский сад № 138 г.о. Самара * ОГРН * 503017028

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона
на 17.03.2026

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Завтрак 2

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

Обед

Выход (г)	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
80	Биточки куриные с томатным соусом.	ккал-139, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-7	
39/130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
130	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
210	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

210	Филе куриное тушёное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
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	
80	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
350	Печень "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

Итого за день: ккал-1 740, Белки-51, Жиры-53,
Углеводы-267

210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "Комбинат Школьного Питания"

Промышленного района

Самары) * ФЛГ Авдеевская

Согласовано

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 138"

Самара

ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ-яичко)

Меню дневного рациона
на 17.03.2026

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

Завтрак

200	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Завтрак 2

100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	----------------	----------------------	--

Обед

Выход 110	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Котлеты из говядины с соусом томатным.	ккал-109, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
130	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
210	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
Выход 99	Макароньы отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
360	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
130	Печень "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

Итого за день: ккал-1 685, Белки-45, Жиры-51, Углеводы-261

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)
Меню дневного рациона
на 17.03.2026

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
40	Морковь припущенная с сахаром..	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
290	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	

Завтрак 2

190	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	----------------	----------------------	--

Обед

270/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
30	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	
130	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
210	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Уплотненный полдник

70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
230	Макароньы отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
299	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
360	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
80	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

Итого за день: ккал-1 705, Белки-45, Жиры-54, Углеводы-260 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.