



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 28.04.2026

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>			
5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
200/5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-216, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<b><u>Обед</u></b>			
200/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
70	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	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
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	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 799, Белки-55, Жиры-70, Углеводы-238	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (БКМ)  
Меню дневного рациона  
на 28.04.2026

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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<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-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Макаронны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 786, Белки-48, Жиры-58, Углеводы-268	<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

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

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона  
на 28.04.2026

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	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
200	Яблоки свежие.	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	

Завтрак 2

100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
-----	-----------------	----------------------	--

Обед

200/1	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	
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-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	

Уплотненный полдник

80	Филе куриное тушёное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
180	Макаронны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

**Итого за день:** ккал-1 820, Белки-54, Жиры-57,  
Углеводы-274

**210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Г.Н. Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона  
на 28.04.2026

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	
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

200/1	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	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	

Уплотненный полдник

70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
180	Макаронны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
200	Напиток из шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	

Итого за день: ккал-1 697, Белки-48, Жиры-55,  
Углеводы-253

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер  
калькулятор

Слесникова Е.Б.