



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 30.04.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
200/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<u>Обед</u>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<u>Уплотненный полдник</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
160	Рыба запеченая в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	
Итого за день:		ккал-1 636, Белки-73, Жиры-57, Углеводы-198	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Калесникова 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 (ясли)

Меню дневного рациона
на 30.04.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
150/5	Каша пшённная молочная жидкая с маслом сливочным.	ккал-187, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
-----	-------------------------------	---------------------------------------	--

Обед

150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	

Уплотненный полдник

30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
160	Рыба запеченая в омлете	ккал-281, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-5	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный.	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Булочка "Молочная."	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-25	

Итого за день: ккал-1 507, Белки-70, Жиры-54,
Углеводы-175

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Келесникова 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 (исключение рыбы)

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 30.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/25	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-119, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-12	
200/5	Каша пшённая молочная жидкая с маслом.	ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток кисломолочный Снежок.	ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
<u>Обед</u>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами, огурец консервированный.	ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	
<u>Уплотненный полдник</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
30	Филе куриное отварное..	ккал-41, Белки-9, Жиры-1	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200/10	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-34, Углеводы-8	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-130, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	
50	Булочка "Молочная"	ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35	
Итого за день:		ккал-1 596, Белки-65, Жиры-55, Углеводы-211	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона
на 30.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Каша пшениная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
200	Фрукты свежие	ккал-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	
<u>Обед</u>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
200	Птица тушеная с овощами (без сметаны), огурец консервированный	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17	
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
<u>Уплотненный полдник</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1	
120	Рис отварной с маслом растительным	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
Итого за день:		ккал-1 366, Белки-46, Жиры-32, Углеводы-224	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Коваленко 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)

Меню дневного рациона
на 30.04.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15

Завтрак 2

150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
-----	---------------	---------------------------------------

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
200	Птица тушеная с овощами (без сметаны), огурец консервированный	ккал-156, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13

Уплотненный полдник

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10
30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28

Итого за день: ккал-1 324, Белки-51, Жиры-38,
Углеводы-194

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Золесникова Е.Б.