



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 29.06.2026

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)
<u>Завтрак</u>			
5/20	Бутерброд с маслом сливочным .	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	Чай с молоком и сахаром.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Питьевой йогурт.	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью.	ккал-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-10	
200	Плов из птицы, огурцы свежие	ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41	
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	
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	Суфле рыбное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, томат свежий.	ккал-103, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
Итого за день:		ккал-1 800, Белки-61, Жиры-71, Углеводы-229	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Е.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 29.06.2026

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

Согласовано:
Директор МБОУ

Т.Н. Аврискина

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Стоимость
питания
(руб)

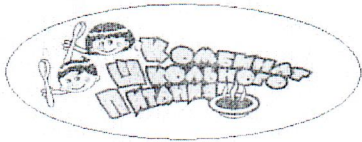
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/20	<i>Бутерброд с маслом сливочным .</i>	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
40	<i>Яйцо отварное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	<i>Каши манная молочная жидкая со сливочным маслом</i>	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	<i>Чай с молоком и сахаром.</i>	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	<i>Питьевой йогурт.</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4	
<u>Обед</u>			
150/5/1	<i>Суп овощной со сметаной и укропом</i>	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7	
200	<i>Плов из птицы, огурцы свежие</i>	ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41	
180	<i>Компот из сухофруктов...</i>	ккал-55, Углеводы-14	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	<i>Суфле рыбное</i>	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	<i>Картофельное пюре с маслом сливочным, томат свежий.</i>	ккал-103, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
180	<i>Кисель из сока натурального.</i>	ккал-119, Углеводы-29	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	<i>Печенье "Нежное"</i>	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
Итого за день:		ккал-1 677, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-209	210-00

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 29.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврикина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Батон пшеничный	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3	
<u>Завтрак 2</u>			
150	Фрукты свежие	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, огурцы свежие	ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
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>			
40	Рыба припущенная с луком	ккал-37, Белки-7, Жиры-1	
150	Картофель отварной с маслом растительным, томат свежий	ккал-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11	
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
Итого за день:		ккал-1 680, Белки-51, Жиры-56, Углеводы-226	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврискина

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

Меню дневного рациона
на 29.06.2026

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

Завтрак

150	<i>Каша кукурузная на воде с маслом растительным</i>	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25
180	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-29, Углеводы-7
30	<i>Батон пшеничный</i>	ккал-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3
150	<i>Фрукты свежие</i>	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15

Завтрак 2

150	<i>Сок фруктовый</i>	ккал-102, Углеводы-24
-----	----------------------	-----------------------

Обед

200/1	<i>Суп овощной на бульоне с укропом.</i>	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8
200	<i>Плов из птицы, огурцы свежие</i>	ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41
180	<i>Компот из сухофруктов..</i>	ккал-68, Углеводы-17
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13

Уплотненный полдник

40	<i>Рыба припущенная с луком</i>	ккал-37, Белки-7, Жиры-1
150	<i>Картофель отварной с маслом растительным, томат свежий</i>	ккал-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11
200	<i>Кисель из натурального сока.</i>	ккал-132, Углеводы-33
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10
50	<i>Печенье "Нежное"</i>	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24

Итого за день: ккал-1 687, Белки-45, Жиры-51, Углеводы-245 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Калесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Авряскина

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (исключение рыбы)

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 29.06.2026

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

Завтрак

5/20	Бутерброд с маслом сливочным .	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10
40	Яйцо вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23
180	Чай с молоком и сахаром.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12

Завтрак 2

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

Обед

200/5/1	Суп овощной со сметаной и зеленью.	ккал-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-10
200	Плов из птицы, огурцы свежие	ккал-349, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-41
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

50	Котлеты куриные .	ккал-112, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-7
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, томат свежий.	ккал-103, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13
200	Кисель из натурального сока.	ккал-132, Углеводы-33
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24

Итого за день: ккал-1 811, Белки-58, Жиры-72, Углеводы-232 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.