



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 14.07.2026

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>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
200/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	ккал-226, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
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>			
150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
200/3,5	Чай с сахаром, лимоном.	ккал-33, Углеводы-8	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
Итого за день:		ккал-1 741, Белки-59, Жиры-61, Углеводы-239	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.



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

Меню дневного рациона
на 14.07.2026

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150/5	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

100	Молоко кипяченое.	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
-----	-------------------	--------------------------------------	--

Обед

150/1	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	ккал-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
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	

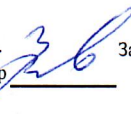
Уплотненный полдник

150/20	Вареники из творога со сгущенным молоком	ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
60	Фрукты свежие	ккал-27, Углеводы-6	
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	

Итого за день: ккал-1 609, Белки-55, Жиры-58,
Углеводы-216

210-00

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  Заведеева О.А.
калькулятор



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

Меню дневного рациона
на 14.07.2026

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>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника	ккал-42, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
70	Оладьи из печени с соусом томатным.	ккал-84, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-4	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
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	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
Итого за день:		ккал-1 629, Белки-54, Жиры-47, Углеводы-246	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.



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, говядина)

Меню дневного рациона
на 14.07.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30/20	Бутерброд с повидлом..	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным	ккал-191, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника	ккал-42, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп картофельный с вермишелью и укропом	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
80	Биточки куриные с томатным соусом.	ккал-119, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Капуста тушеная белокочанная .	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
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	Филе куриное отварное.	ккал-68, Белки-15, Жиры-1	
150	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	ккал-182, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-35	
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
50	Печенье "Ночка"	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
Итого за день:		ккал-1 664, Белки-56, Жиры-50, Углеводы-248	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Заведеева О.А.