



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 14.08.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Белкина Т.Н.

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 Дружба молочная жидкая с маслом сливочным	ккал-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
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	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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 кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
130	Макароны отварные с маслом сливочным	ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
Итого за день:		ккал-1 797, Белки-60, Жиры-62, Углеводы-248	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара (ясли)
Меню дневного рациона
на 14.08.2026

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 Дружба молочная жидкая с маслом	ккал-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26	
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

150/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным, свёкла отварная.	ккал-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
120	Макароны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
150	Напиток из апельсинов	ккал-49, Углеводы-12	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	

Итого за день: ккал-1 628, Белки-56, Жиры-58,
Углеводы-221

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 14.08.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискينا

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 Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Обед</u>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
40	Биточки "Детские".	ккал-60, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-4	
130/30	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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 кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макароны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
Итого за день:		ккал-1 718, Белки-50, Жиры-52, Углеводы-263	210-00

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 14.08.2026

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 Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
<u>Завтрак 2</u>			
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Обед</u>			
200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Биточки куриные с соусом	ккал-113, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6	
130/30	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	
180	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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 кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макароны отварные с маслом растительным .	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Булочка "Домашняя"	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
Итого за день:		ккал-1 771, Белки-52, Жиры-56, Углеводы-265	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Жолесникова Е.Б.