

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 138" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 07.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано: Вен
Заведующий МБДОУ
Т.Н.Аврискина
МБДОУ
«Детский сад № 138»
г.о. Самара

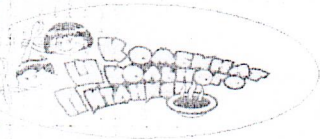
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
200	Чай с молоком..	ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
5/70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом, огурец свежий.	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	Компот из изюма..	ккал-77, Углеводы-18	
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	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
Итого за день:		ккал-1 712, Белки-68, Жиры-59, Углеводы-226	210-00

Зав. производством

Ма.
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.
Колесникова Е.Б.



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

Меню дневного рациона
на 07.10.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано: Вест
Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврискина



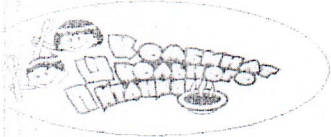
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
30	Икра морковная	ккал-26, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
105	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
180	Чай с молоком и сахаром.	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
150/5/1	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом.	ккал-62, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Пюре гороховое с маслом, огурец свежий.	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
130	Компот из изюма..	ккал-77, Углеводы-18	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	Рагу из овощей	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
150	Напиток клюквенный школьный ..	ккал-46, Углеводы-11	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
Итого за день:		ккал-1 586, Белки-62, Жиры-58, Углеводы-202	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Колесникова Е.Б.



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврикина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

Меню дневного рациона
на 07.10.2026

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

Завтрак

50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	

Завтрак 2

100	Фрукты свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
-----	----------------	----------------------	--

Обед

200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
150	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
130	Компот из изюма..	ккал-77, Углеводы-18	
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	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	

Итого за день: ккал-1 524, Белки-58, Жиры-48,
Углеводы-214

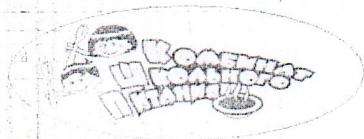
210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Болесникова 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 07.10.2026

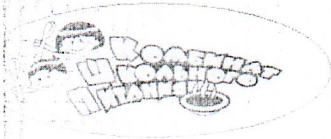
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
150	Вермишель отварная с маслом растительным	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
150	Фрукты свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
240/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
70	Тефтели из говядины с соусом томатным.	ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7	
150	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
130	Компот из изюма..	ккал-77, Углеводы-18	
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	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
Итого за день:		ккал-1 680, Белки-56, Жиры-42, Углеводы-269	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+говядина)

Меню дневного рациона
на 07.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
100	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
130	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Фрукты свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
60	Филе куриное тушеное	ккал-80, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-2	
150	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
130	Компот из изюма..	ккал-77, Углеводы-18	
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	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу овощное..	ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
Итого за день:		ккал-1 500, Белки-64, Жиры-45, Углеводы-208	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.