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

Меню дневного рациона
на 10.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
5/10/20	*Бутерброд со сливочным маслом и сыром*	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
40	*Салат из моркови с сахаром.*	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
130/29	*Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.*	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
180	*Чай с молоком и сахаром.*	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
	Завтрак 2		
100	*Молоко кипяченое.*	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
	Обед		
200/5/1	*Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом*	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
70	*Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным*	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	*Каша гречневая вязкая с маслом сливочным*	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	*Напиток из сухофруктов..*	ккал-48, Углеводы-12	
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 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 плодов шиповника..*	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
20	*Хлеб пшеничный*	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	*Печенье"Детское"*	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
	Итого за день:	ккал-1 905, Белки-59, Жиры-71, Углеводы-258	*210-00*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Ь.

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 (ясли)

Меню дневного рациона

на 10.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
5/10/20	*Бутерброд со сливочным маслом и сыром*	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
40	*Салат из моркови с сахаром.*	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
130/20	*Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.*	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
180	*Чай с молоком и сахаром.*	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
	Завтрак 2		
200	*Молоко кипяченое.*	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
	Обед		
150/5/1	*Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.*	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
170	*Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным*	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
120	*Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ккал-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	
180	*Напиток из сухофруктов..*	ккал-48, Углеводы-12	
20	*Хлеб пшеничный*	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	*Хлеб ржаной.*	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
	Уплотненный полдник		
50	*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 плодов шиповника*	ккал-58, Углеводы-14	
20	*Хлеб пшеничный*	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	*Печенье"Детское"*	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
	Итого за день:	ккал-1 765, Белки-55, Жиры-66, Углеводы-236	*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)

Меню дневного рациона
на 10.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
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		
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
180	Напиток из сухофруктов..	ккал-48, Углеводы-12	
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	Печень тушеная в соусе.	ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6	
130	Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Печенье"Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
	Итого за день:	ккал-1 660, Белки-50, Жиры-56, Углеводы-239	*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 10.11.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
40	Салат из моркови с сахаром.	ккал-21, Белки-1, Углеводы-5	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	ккал-95, Белки-2, Углеводы-22	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
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	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	
80	Биточки куриные с томатным соусом.	ккал-139, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-7	
130	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
130	Напиток из сухофруктов..	ккал-48, Углеводы-12	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15	
30	Хлеб ржаной .	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13	
	Уплотненный полдник		
80	Филе куриное тушёное	ккал-107, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2	
130	Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая	ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	Напиток из плодов шиповника..	ккал-77, Белки-1, Углеводы-18	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
50	Печенье"Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
	Итого за день:	ккал-1 650, Белки-55, Жиры-54, Углеводы-235	*210-00*

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.