



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (ясли)

Меню дневного рациона  
на 03.02.2026

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/10/20	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	10
25	Салат из моркови с сахаром..	ккал-13, Углеводы-3	3
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	55
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	12
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	10
<b><u>Обед</u></b>			
150/5/1	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	6
5/70	Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	7
130	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	18
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	14
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	11
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	7
<b><u>Полдник</u></b>			
50	Печенье "Детское"	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	34
150	Напиток из шиповника..	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	14
<b><u>Ужин</u></b>			
30	Кабачковая икра	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	2
70	Печень по-строгановски с соусом	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	6
120	Макаронны отварные с маслом сливочным.	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	24
180/3,5	Чай с сахаром и лимоном.	ккал-30, Углеводы-7	7
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	11
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 765, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-250	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.