



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

Меню дневного рациона  
на 03.04.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Т.Б.Аврискина

Стоимость  
питания  
(руб)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/30	<i>Бутерброд с маслом сливочным.</i>	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
40	<i>Яйцо отварное</i>	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
130	<i>Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким</i>	ккал-219, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-26	
180	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-29, Углеводы-7	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<i>Напиток кисломолочный Ряженка.</i>	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
<b><u>Обед</u></b>			
150/5/1	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом.</i>	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
200	<i>Голубцы Ленивые мясные с соусом томатным</i>	ккал-182, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-10	
180	<i>Напиток из шиповника.</i>	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>			
30/20	<i>Бутерброд с повидлом.</i>	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
150	<i>Напиток из лимонов свежих..</i>	ккал-46, Углеводы-11	
<b><u>Ужин</u></b>			
35	<i>Кабачковая икра</i>	ккал-41, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3	
165	<i>Макароны отварные с сыром, с маслом сливочным.</i>	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
180	<i>Напиток клюквенный школьный</i>	ккал-56, Углеводы-14	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 559, Белки-54, Жиры-53, Углеводы-215	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.