



Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Т.Н.Аврискина

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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
 на 10.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	<i>Вермишель отварная с маслом растительным, икра кабачковая</i>	ккал-238, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36	
200	<i>Чай с сахаром</i>	ккал-33, Углеводы-8	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Завтрак 2			
150	<i>Яблоки свежие.</i>	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
Обед			
200/1	<i>Суп полевой с укропом</i>	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70 г	<i>Котлеты куриные с соусом.</i>	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	<i>Рагу из овощей</i>	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
180	<i>Напиток из апельсинов.</i>	ккал-60, Углеводы-15	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
Полдник			
50	<i>Печенье "Ночка"</i>	ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32	
200	<i>Сок фруктовый в ассортименте.</i>	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33	
Ужин			
200	<i>Плов из мяса птицы .</i>	ккал-395, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-40	
130/3,5	<i>Чай с сахаром и лимоном.</i>	ккал-30, Углеводы-7	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Итого за день:		ккал-1 905, Белки-48, Жиры-63, Углеводы-286	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.

