

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (БКМ)  
 Меню дневного рациона  
 на 11.03.2026

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

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Заведующий МБДОУ \_\_\_\_\_  
 Для \_\_\_\_\_  
 РН. Аттестационное образовательное учреждение  
 государственного вида № 174-го городского округа  
 Самары  
 ОГРН 1075301718802  
 МБДОУ  
 Детский сад № 174  
 г.о. Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
90	Омлет на воде с маслом растительным	ккал-138, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-1	
30	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3; Жиры-1, Углеводы-16	
<b>Завтрак 2</b>			
100	Яблоки свежие.	ккал-44, Углеводы-10	
<b>Обед</b>			
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	
150/20	Пюре гороховое с маслом растительным, огурец консервированный	ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26	
30	Компот из изюма	ккал-102, Углеводы-25	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Полдник</b>			
50	Ватрушка с повидлом.	ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37	
150	Сок фруктовый	ккал-102, Углеводы-24	
<b>Ужин</b>			
50	Рыба тушёная с овощами и томатом	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Рис отварной с маслом растительным	ккал-158, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	
30/6	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-32, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 609, Белки-57, Жиры-45, Углеводы-245	<b>210-00</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор \_\_\_\_\_ Колесникова Е.Б.