

ООО "Комбинат школьного питания"

МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (ясли)

Меню дневного рациона
на 13.01.2026

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

И.Н.Аврискина

Согласовано:

Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

5/10/30 Бутерброд с сыром и сливочным
маслом

ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15

150 Суп молочный с вермишелью.

ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14

180 Чай с сахаром.

ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

100 Молоко кипяченое.

ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5

Обед

150/1 Суп полевой на бульоне с укропом.

ккал-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12

Бел 70 Котлеты куриные с соусом.

ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7

120 Рагу из овощей.

ккал-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11

180 Напиток из апельсинов.

ккал-60, Углеводы-15

5/20 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

20 Хлеб ржаной.

ккал-42, Белки-1, Углеводы-7

Полдник

50 Печенье "Ночка"

ккал-283, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-32

150 Сок фруктовый

ккал-102, Углеводы-24

Ужин

150/20 Вареники из творога со сгущенным
молоком

ккал-348, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-43

180/3,5 Чай с сахаром и лимоном.

ккал-30, Углеводы-7

20 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

60 Фрукты свежие

ккал-27, Углеводы-6

Итого за день: ккал-1 621, Белки-52, Жиры-55,
Углеводы-229

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.