



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

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

Меню дневного рациона
на 13.03.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Т.Н.Аврискина

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

Завтрак

30/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28
200	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7

Завтрак 2

150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
-----	----------------	---------------------------------------

Обед

200/1	Щи из свежей капусты с картофелем и укропом	ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8
70	Биточки "Детские" с соусом томатным.	ккал-121, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
30/1	Каша гречневая вязкая с маслом растительным, свекла отварная	ккал-139, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19
130/30		
26	Сок фруктовый.	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29
180	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
50	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14

Полдник

50	Булочка "Домашняя".	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30
180	Напиток из апельсинов.	ккал-60, Углеводы-15

Ужин

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
50	Оладьи из печени.	ккал-106, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-2
130/9	Макаронны отварные с маслом растительным.	ккал-176, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-30
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8
50	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

Итого за день: ккал-1 749, Белки-45, Жиры-53, Углеводы-274 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.