



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района



ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 16.03.2026

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

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

Завтрак

200	Бутерброд с маслом сливочным	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
70	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
50/5	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.	ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Кефир.	ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
-----	------------------------------	--------------------------------------	--

Обед

200/1г	Суп картофельный с горохом с укропом	ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	
70	Котлеты куриные с соусом.	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная	ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29	
70	Компот из яблок свежих	ккал-88, Углеводы-21	
30	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
40	Хлеб ржаной	ккал-89, Белки-3, Углеводы-19	

Полдник

42	Печенье "Рыбки"	ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20	
20/9	Чай с сахаром, лимоном	ккал-34, Углеводы-8	

Ужин

200г	Ёжики Морские из рыбы с соусом	ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	
71	Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
100	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
100	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	

**Итого за день:** ккал-1 752, Белки-52, Жиры-63, Углеводы-246 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор Колесникова Е.Б.