



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"

ОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (исключение рыбы) Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 18.12.2025



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 5/30 | Бутерброд с маслом сливочным. | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 200/5 | Каша пшённная молочная жидкая с маслом. | ккал-214, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-29 | |
| 180 | Чай с молоком | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12 | |
| Завтрак 2 | | | |
| 100 | Напиток кисломолочный Снежок. | ккал-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 | |
| Обед | | | |
| 290/5/1 Вых (г) | Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и укропом | ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 | |
| 200 | Птица тушеная с овощами, огурец консервированный. | ккал-167, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-18 | |
| 180 | Напиток из апельсинов. | ккал-60, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 | |
| 30 | Хлеб ржаной. | ккал-67, Белки-2, Углеводы-14 | |
| Полдник | | | |
| 50 | Булочка "Молочная" | ккал-193, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35 | |
| 200 | Сок фруктовый в ассортименте. | ккал-136, Белки-1, Углеводы-33 | |
| Ужин | | | |
| 50 | Икра морковная. | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4 | |
| 30 | Филе куриное отварное.. | ккал-41, Белки-9, Жиры-1 | |
| 105 | Омлет натуральный с маслом сливочным. | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2 | |
| 200/10 | Чай с сахаром и лимоном. | ккал-34, Углеводы-8 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 | |
| Итого за день: | | ккал-1 656, Белки-61, Жиры-50, Углеводы-241 | 210-00 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор

Колесникова Е.Б.