



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н. Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"
БДОУ "Детский сад № 174" г.о. Самара (исключение рыбы)

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

Меню дневного рациона
на 19.01.2026

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

Завтрак

10/20 Бутерброд с маслом сливочным

ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10

40 Яйцо отварное

ккал-63, Белки-5, Жиры-5

150/5 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

200/1 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

180 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

200/9 Чай с сахаром, лимоном

ккал-34, Углеводы-8

Ужин

30 Филе куриное отварное..

ккал-41, Белки-9, Жиры-1

150 Картофельное пюре с маслом

ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13

сливочным, огурец консервированный.

200 Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)

ккал-112, Углеводы-28

20 Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11

Итого за день:

ккал-1 716, Белки-56, Жиры-59,
Углеводы-241

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.