



Утверждаю:
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

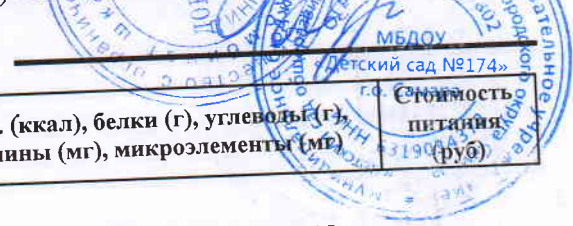
Согласовано: Т.Н. Аврискина

Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"

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

Меню дневного рациона
 на 19.03.2026



Выход (г)	Наименование блюда	эп. 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 пшённая 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

200/5/1	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

20/30	Икра морковная.	ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
20/40	Филе куриное отварное.	ккал-55, Белки-12, Жиры-1	
305	Омлет натуральный с маслом сливочным.	ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2	
210/9	Чай с сахаром, лимоном	ккал-34, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный.	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	

Итого за день:

ккал-1 670, Белки-64, Жиры-50, Углеводы-241 **210-00**

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Колесникова Е.Б.