



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 20.03.2026

Согласовано:
Заведующий МБДОУ



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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
0	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
130/20	Пудинг из творога с яблоками и сгущенным молоком.	ккал-272, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-19	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	

Завтрак 2

100	Напиток кисломолочный Ряженка.	ккал-51, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
-----	--------------------------------	--------------------------------------	--

Обед

130/5/1	Рассольник Ленинградский со сметаной и укропом	ккал-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
70	Тефтели из говядины в томатном соусе.	ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9	
30	Капуста тушеная белокочанная.	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
130	Напиток из шиповника.	ккал-79, Белки-1, Углеводы-19	
50	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
10	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	

Полдник

11/20	Бутерброд с повидлом.	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
200	Напиток из лимонов.	ккал-98, Углеводы-24	

Ужин

50	Икра кабачковая.	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	Макароньы отварные с сыром, с маслом сливочным.	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
99	Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)	ккал-112, Углеводы-28	
135	Хлеб пшеничный ..	ккал-106, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19	

Итого за день: ккал-1 904, Белки-62, Жиры-63, Углеводы-272 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор Колесникова Е.Б.