

ООО "Комбинат школьного питания"
 МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (БКМ)
 Меню дневного рациона
 на 22.12.2025

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

Согласовано:
 Заведующий МБДОУ



Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	ккал-140, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай с сахаром.	ккал-29, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
150	Яблоки свежие.	ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый..	ккал-68, Углеводы-16	
<u>Обед</u>			
200/1	Суп овощной на бульоне с укропом.	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
200	Плов из птицы, салат из капусты квашеной	ккал-316, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-39	
180	Компот из сухофруктов..	ккал-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье "Нежное"	ккал-253, Белки-3, Жиры-16, Углеводы-24	
200	Чай с сахаром	ккал-33, Углеводы-8	
<u>Ужин</u>			
50	Рыба припущенная с луком	ккал-38, Белки-8	
150	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, зеленый горошек	ккал-102, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный)	ккал-95, Углеводы-23	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
Итого за день:		ккал-1 672, Белки-50, Жиры-49, Углеводы-259	210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер
калькулятор

Колесникова Е.Б.