



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

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБДОУ "Детский сад № 174" г.о. Самара (ясли)  
 Меню дневного рациона  
 на 23.03.2026



Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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 вареное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150/5	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	Чай с молоком	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	

**Завтрак 2**

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

**Обед**

150/5/1	Суп овощной со сметаной и укропом	ккал-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7	
200	Плов из птицы, салат из капусты квашеной	ккал-316, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-39	
180	Компот из сухофруктов...	ккал-55, Углеводы-14	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	Хлеб ржаной.	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	

**Полдник**

50	Печенье "К кофе".	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
150	Чай с сахаром ..	ккал-24, Углеводы-6	

**Ужин**

70	Суфле рыбное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	Картофельное пюре с маслом сливочным, зелёный горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Кисель из черной смородины	ккал-86, Углеводы-21	
20	Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	

**Итого за день:** ккал-1 630, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-225 **210-00**

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.