

ООО "Комбинат школьного питания"  
 МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара (ясли)  
 Меню дневного рациона  
 на 26.03.2026

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

Т.Н.Аврискина  
 Согласовано:  
 Заведующий МБДОУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10/30	<i>Бутерброд с маслом сливочным.</i>	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
150/5	<i>Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным</i>	ккал-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-27	
180	<i>Какао напиток с молоком</i>	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<i>Фрукты свежие</i>	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
15/150/1	<i>Суп картофельный с пшеном с рыбой с укропом.</i>	ккал-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	
200	<i>Жаркое по-домашнему из цыплят, зеленый горошек.</i>	ккал-200, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	
180	<i>Компот из сухофруктов...</i>	ккал-55, Углеводы-14	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>			
70	<i>Запеканка " Лакомка"</i>	ккал-181, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14	
150	<i>Чай с сахаром ..</i>	ккал-24, Углеводы-6	
<b><u>Ужин</u></b>			
70	<i>Котлеты куриные с соусом.</i>	ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130	<i>Капуста тушеная белокочанная .</i>	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
180	<i>Чай со смородиной.</i>	ккал-35, Углеводы-9	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 456, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-186	<b>210-00</b>

Зав. производством  Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  калькулятор Колесникова Е.Б.