



Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

ООО "Комбинат школьного питания"  
МБДОУ "Детский сад № 174" г.о.Самара  
Меню дневного рациона  
на 29.12.2025

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ



| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 10/20                   | Бутерброд с маслом сливочным  | ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10   |                               |
| 40                      | Яйцо отварное   | ккал-63, Белки-5, Жиры-5   |                               |
| 150/5                   | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом.                             | ккал-167, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21   |                               |
| 180                     | Какао напиток с молоком   | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16   |                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |  |                               |
| 100                     | Напиток кисломолочный Кефир.  | ккал-56, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4   |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 200/1                   | Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом                         | ккал-98, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-14  |                               |
| 70                      | Котлеты куриные с соусом.   | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7  |                               |
| 150                     | Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным, кукуруза консервированная | ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29   |                               |
| 180                     | Компот из яблок свежих  | ккал-88, Углеводы-21   |                               |
| 30                      | Хлеб пшеничный..  | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16  |                               |
| 40                      | Хлеб ржаной   | ккал-89, Белки-3, Углеводы-19  |                               |
| <b><u>Полдник</u></b>   |   |  |                               |
| 42                      | Печенье "Рыбки"   | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20  |                               |
| 200/9                   | Чай с сахаром, лимоном  | ккал-34, Углеводы-8  |                               |
| <b><u>Ужин</u></b>      |   |  |                               |
| 80                      | Ёжики Морские из рыбы с соусом  | ккал-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5   |                               |
| 150                     | Картофельное пюре с маслом сливочным, огурец консервированный.          | ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13   |                               |
| 200                     | Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)                                     | ккал-112, Углеводы-28  |                               |
| 120                     | Хлеб пшеничный  | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11  |                               |
| <b>Итого за день:</b>   |   | ккал-1 750, Белки-53, Жиры-63,<br>Углеводы-243                                 | <b>210-00</b>                 |

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.