



Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Е. Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

ООО "Комбинат школьного питания"
МБДОУ "Детский сад № 174" г.о. Самара

Меню дневного рациона
на 31.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/10/20	<i>Бутерброд со сливочным маслом и сыром</i>	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
40	<i>Морковь припущенная с сахаром..</i>	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
130/20	<i>Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.</i>	ккал-331, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
180	<i>Чай с молоком</i>	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<u>Завтрак 2</u>			
100	<i>Фрукты свежие</i>	ккал-44, Углеводы-10	
<u>Обед</u>			
200/5/1	<i>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом</i>	ккал-59, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
70	<i>Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным</i>	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	<i>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным</i>	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	<i>Компот из сухофруктов...</i>	ккал-55, Углеводы-14	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржаной .</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
<u>Полдник</u>			
50	<i>Печенье "Детское"</i>	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	<i>Напиток из шиповника.</i>	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
<u>Ужин</u>			
50	<i>Икра кабачковая.</i>	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
70	<i>Печень по-строгановски с соусом</i>	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
130	<i>Макаронны отварные с маслом сливочным</i>	ккал-166, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28	
180/3,5	<i>Чай с сахаром и лимоном.</i>	ккал-30, Углеводы-7	
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	

Итого за день:

ккал-1 920, Белки-54, Жиры-65,
Углеводы-281

210-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер-
калькулятор

Колесникова Е.Б.