

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

Меню дневного рациона  
на 31.03.2026

Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Комбинат Школьного Питания"  
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ

Вход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
5/10/20	<b>Бутерброд со сливочным маслом и сыром</b>	ккал-120, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-10	
40	<b>Морковь припущенная с сахаром..</b>	ккал-22, Белки-1, Углеводы-5	
130/20	<b>Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком.</b>	ккал-331; Белки-9, Жиры-8, Углеводы-55	
180	<b>Чай с молоком</b>	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Фрукты свежие</b>	ккал-44, Углеводы-10	
<b><u>Обед</u></b>			
150/5/1	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и укропом.</b>	ккал-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	
70	<b>Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом, с соусом томатным</b>	ккал-129, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-7	
130	<b>Каша гречневая вязкая с маслом сливочным</b>	ккал-124, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	
180	<b>Компот из сухофруктов...</b>	ккал-55, Углеводы-14	
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
20	<b>Хлеб ржаной.</b>	ккал-42, Белки-1, Углеводы-7	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Печенье "Детское"</b>	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
150	<b>Напиток из шиповника..</b>	ккал-61, Белки-1, Углеводы-14	
<b><u>Ужин</u></b>			
30	<b>Кабачковая икра</b>	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
70	<b>Печень по-строгановски с соусом</b>	ккал-102, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6	
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным.</b>	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	
180/3,5	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b>	ккал-30, Углеводы-7	
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1 774, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-252	<b>210-00</b>

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -  
калькулятор

Колесникова Е.Б.