Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
_____ Т.Н.Аврискина

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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ
_____

# Меню дневного рациона
на 14.09.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 150 | Рис отварной с овощами. | ккал-200, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-27 | |
| 180 | Чай с сахаром. | ккал-29, Углеводы-7 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| | **Завтрак 2** | | |
| 150 | Фрукты свежие | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | |
| | **Обед** | | |
| 200/1 | Суп картофельный с горохом с укропом | ккал-99, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17 | |
| 70 | Котлеты куриные с соусом. | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 150 | Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным, томат свежий | ккал-160, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-34 | |
| 180 | Компот из яблок свежих | ккал-88, Углеводы-21 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| | **Полдник** | | |
| 42 | Печенье "Рыбки" | ккал-212, Белки-2, Жиры-14, Углеводы-20 | |
| 200/9 | Чай с сахаром, лимоном | ккал-34, Углеводы-8 | |
| | **Ужин** | | |
| 40 | Рыба припущенная с луком | ккал-37, Белки-7, Жиры-1 | |
| 150 | Картофельное пюре на отваре с маслом растительным, огурец свежий | ккал-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из натурального сока. | ккал-132, Углеводы-33 | |
| 20 | Хлеб пшеничный | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |
| | **Итого за день:** | ккал-1 623, Белки-47, Жиры-47, Углеводы-254 | 210-00 |

Зав. производством _____ Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор _____ Колесникова Е.Б.