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

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

# Меню дневного рациона
на 13.10.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | |
| 40 | *Салат из моркови с сахаром.* | ккал-21, Белки-1, Углеводы-5 | |
| 150 | *Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.* | ккал-95, Белки-2, Углеводы-22 | |
| 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 | *Щи из свежей капусты с картофелем и укропом* | ккал-74, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8 | |
| 70 | *Котлеты из говядины с соусом* | ккал-105, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8 | |
| 130 | *Каша гречневая вязкая с маслом растительным* | ккал-130, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18 | |
| 180 | *Напиток из сухофруктов..* | ккал-48, Углеводы-12 | |
| 30 | *Хлеб пшеничный..* | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | *Хлеб ржаной .* | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| | ***Полдник*** | | |
| 50 | *Печенье"Детское"* | ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34 | |
| 200 | *Напиток из плодов шиповника..* | ккал-77, Белки-1, Углеводы-18 | |
| | ***Ужин*** | | |
| 70 | *Печень тушеная в соусе.* | ккал-127, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6 | |
| 180 | *Макароны отварные с маслом растительным, икра кабачковая* | ккал-237, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36 | |
| 180 | *Чай с сахаром.* | ккал-29, Углеводы-7 | |
| 20 | *Хлеб пшеничный* | ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10 | |
| | **Итого за день:** | ккал-1 666, Белки-51, Жиры-53, Углеводы-247 | *210-00* |

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор Колесникова Е.Б.