Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Заведующий МБДОУ

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

# Меню дневного рациона
на 21.10.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 50 | Икра морковная. | ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4 | |
| 150 | Вермишель отварная с маслом растительным | ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34 | |
| 180 | Чай с сахаром. | ккал-29, Углеводы-7 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 150 | Фрукты свежие. | ккал-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | |
| | **Завтрак 2** | | |
| 100 | Сок фруктовый.. | ккал-68, Углеводы-16 | |
| | **Обед** | | |
| 200/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом | ккал-68, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11 | |
| 70 | Тефтели из говядины с соусом томатным. | ккал-104, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7 | |
| 150 | Пюре гороховое с маслом растительным, огурец свежий | ккал-193, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-26 | |
| 180 | Компот из изюма.. | ккал-77, Углеводы-18 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| 30 | Хлеб ржаной . | ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13 | |
| | **Полдник** | | |
| 150 | Ватрушка с повидлом. | ккал-182, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-37 | |
| 200 | Напиток клюквенный Школьный | ккал-62, Углеводы-15 | |
| | **Ужин** | | |
| 70 | Котлеты куриные с соусом. | ккал-121, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 150 | Рагу овощное.. | ккал-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14 | |
| 200 | Чай с сахаром | ккал-33, Углеводы-8 | |
| 30 | Хлеб пшеничный.. | ккал-97, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15 | |
| | **Итого за день:** | ккал-1 713, Белки-56, Жиры-42, Углеводы-277 | 210-00 |

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер калькулятор Колесникова Е.Б.