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 (ясли)

Меню дневного рациона

на 22.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
	Завтрак		
10/30	Бутерброд с маслом сливочным.	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
40	Яйцо отварное	ккал-63, Белки-5, Жиры-5	
150	Суп молочный с вермишелью.	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
180	Какао напиток с молоком	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
	Завтрак 2		
100	Фрукты свежие	ккал-44, Углеводы-10	
	Обед		
30	Салат из свежей капусты с морковью.	ккал-27, Жиры-2, Углеводы-3	
150/1	Суп картофельный с клёцками и зеленью	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
200	Жаркое по - домашнему из цыплят	ккал-218, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-19	
180	Напиток из сухофруктов..	ккал-48, Углеводы-12	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
20	Хлеб ржаной.	ккал-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
	Полдник		
50	Ватрушка с творогом.	ккал-140, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-21	
150	Чай с сахаром ..	ккал-24, Углеводы-6	
	Ужин		
80	Рыба тушеная с овощами.	ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2	
120	Отварной рис	ккал-152, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	
180	Чай со смородиной.	ккал-35, Углеводы-9	
20	Хлеб пшеничный	ккал-65, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-10	
	Итого за день:	ккал-1 489, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-190	210-00

Зав. производством Макарова Е.Е.

Бухгалтер-калькулятор Колесникова Е.Б.