

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

МБОУ
«Детский
сад № 210»
г.о. Самара

На 29.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		230,41	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,91	44,66	230,41	0,67	0,83	37,58	209,62	2,24
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
533,74	909,65	211,77	12,20				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 210"

г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 29.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай чёрный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		230,41	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,91	44,66	230,41	0,67	0,83	37,58	209,62	2,24
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
533,74	909,65	211,77	12,20				

Директор

Бригадир

Калькулятор

Михаил А. И.

Ахтямова В. А.

