

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 20.09.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	103
Капуста тушеная	130	12,46	104
Котлеты рубленые из курицы	60	9,98	164
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	153
Кисломолочный продукт "Снежок"	160	17,60	125
Первый ужин			
Фрукт свежий	120	9,68	51
Рис отварной с овощами	180	37,95	206
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,49	1710

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,84	47,02	232,49	0,63	0,86	124,59	229,56	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
602,95	860,40	217,52	10,57				

Директор

Зав. производства

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 20.09.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	103
Капуста тушеная	130	12,46	104
Котлеты рубленые из курицы	60	9,98	164
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	153
Кисломолочный продукт "Снежок"	160	17,60	125
Первый ужин			
Фрукт свежий	120	9,68	51
Рис отварной с овощами	180	37,95	206
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,49	1710

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,84	47,02	232,49	0,63	0,86	124,59	229,56	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
602,95	860,40	217,52	10,57				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

