

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 21.09.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	131
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х)	40/40	6,00	110
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	40	29,76	167
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		245,06	1686

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
56,87	53,03	245,06

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,74	1,09	81,35	174,42	0,09

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
637,83	837,57	161,39	22,99

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев А. И.)



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

На 21.09.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	131
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Фрикадельки мясные в соусе томатном (к)	40/40	6,00	110
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	40	29,76	167
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		245,06	1686

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,87	53,03	245,06	0,74	1,09	81,35	174,42	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
637,83	837,57	161,39	22,99				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

