

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

На 22.09.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со смородиной черной и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	113
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	182
Гуляш из отварного сердца	80	2,64	126
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	160	5,76	72
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом (г)	80	6,40	110
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,24	1675

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
53,01	55,25	232,24

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,79	1,03	48,49	163,52	2,05

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
506,50	964,14	273,89	9,88

Директор

Зав. производства

Алферова



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 22.09.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со смородиной черной и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	113
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	182
Гуляш из отварного сердца	80	2,64	126
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	160	5,76	72
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом (г)	80	6,40	110
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,24	1675

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,01	55,25	232,24	0,79	1,03	48,49	163,52	2,05
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
506,50	964,14	273,89	9,88				

Директор

(Михалев

Зав. производства

Алферова А. .

