

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 210"
г.о. Самара
Сад № 210
г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о. Самара

ЧСАИ

МЕНЮ

На 01.11.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат овощной с яблоками и свеклой	30	2,19	11
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Кисломолочный напиток "Варенец"	200	8,00	100
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	60/20	6,40	126
Рис отварной с маслом сливочным	150	34,86	210
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	41
Хлеб пшеничный	50	24,17	117
Весь рацион питания: 179,00		261,30	1815

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,61	48,97	261,30	0,73	1,10	30,71	231,65	2,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
722,66	1056,47	258,78	22,94				

Директор

Зав. производства

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 210"
г. о. Самара
«Детский сад № 210»
г. о. Самара

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 01.11.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247	
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Второй завтрак				
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22	
Обед				
Салат овощной с яблоками и свеклой	30	2,19	11	
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77	
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181	
Кисломолочный напиток "Варенец"	200	8,00	100	
Первый ужин				
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	60/20	6,40	126	
Рис отварной с маслом сливочным	150	34,86	210	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	41	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Весь рацион питания:		179,00	261,30	1815

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,61	48,97	261,30	0,73	1,10	30,71	231,65	2,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
722,66	1056,47	258,78	22,94				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .