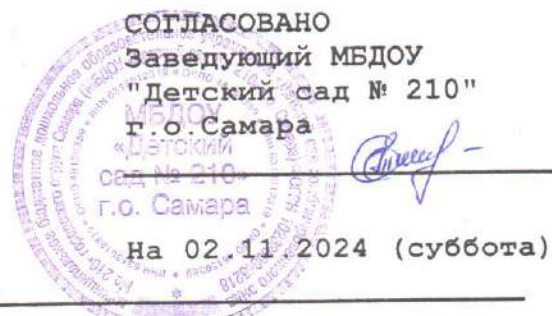


ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о.Самара
ЯСЛЧ
М Е Н Ю



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227	
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
Второй завтрак				
Чай черный с сахаром и лимоном	100	5,10	21	
Обед				
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28	
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211	
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79	
Полдник				
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179	
Сок фруктовый	200	25,40	105	
Первый ужин				
Рис отварной с овощами	200	42,17	279	
Компот из смеси сухофруктов	200	27,77	113	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Весь рацион питания:		179,00	298,68	1892

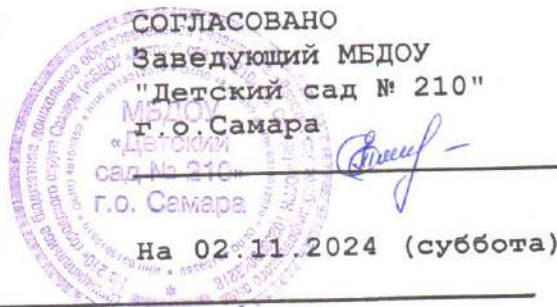
Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			B1	B2	C	A	E
Белки	Жиры	Углеводы					
51,29	49,03	298,68	1,00	0,94	114,15	143,45	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
530,79	887,22	230,97	26,78				

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1



МБДОУ "Детский сад № 210" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 02.11.2024 (суббота)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227	
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
Второй завтрак				
Чай черный с сахаром и лимоном	100	5,10	21	
Обед				
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28	
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211	
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79	
Полдник				
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179	
Сок фруктовый	200	25,40	105	
Первый ужин				
Рис отварной с овощами	200	42,17	279	
Компот из смеси сухофруктов	200	27,77	113	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Весь рацион питания:		179,00	298,68	1892

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах				B1	B2	C	A	E
Белки	Жиры	Углеводы		1,00	0,94	114,15	143,45	0,00
51,29	49,03	298,68						
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
530,79	887,22	230,97	26,78					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.