

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

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

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о. Самара

ЯСАЧ

М Е Н Ю

На 05.11.2024 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	35,01	252
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	30	2,71	26
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Тефтели мясные в соусе томатном (х)	80	13,80	110
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Кисломолочный напиток "Ряженка"	200	8,40	102
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	250
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	41
Хлеб пшеничный	50	24,17	117
Весь рацион питания: 179,00		251,71	1813

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,23	64,42	251,71	0,89	0,93	92,31	158,20	3,53
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
616,20	984,86	286,65	12,11				

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

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	35,01	252	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	30	2,71	26	
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121	
Тефтели мясные в соусе томатном (х)	80	13,80	110	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Хлеб пшеничный	30	14,51	71	
Полдник				
Булочка российская	50	27,76	161	
Кисломолочный напиток "Ряженка"	200	8,40	102	
Первый ужин				
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	250	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	41	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Весь рацион питания:		179,00	251,71	1813

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,23	64,42	251,71	0,89	0,93	92,31	158,20	3,53
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
616,20	984,86	286,65	12,11				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .