

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

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

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

На 07.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из ягодной смеси	100	6,50	27
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Оладьи из печени с соусом (г)	80	7,03	128
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	50	34,15	187
Кисломолочный напиток "Кефир"	200	7,20	90
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	140	21,48	133
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	50	24,17	117
Весь рацион питания: 179,00		273,20	1835

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	1,19	1,38	49,90	317,89	3,41
63,80	53,70	273,20					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
678,14	1222,94	264,59	14,26				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

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 07.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из ягодной смеси	100	6,50	27
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Оладьи из печени с соусом (г)	80	7,03	128
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	50	34,15	187
Кисломолочный напиток "Кефир"	200	7,20	90
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	140	21,48	133
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	50	24,17	117
Весь рацион питания: 179,00		273,20	1835

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
63,80	53,70	273,20	1,19	1,38	49,90	317,89	3,41
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
678,14	1222,94	264,59	14,26				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

