

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

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

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о.Самара

*ЯСЛИ*

М Е Н Ю

На 11.11.2024  
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,19	182	
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 моркови с сахаром	30	3,49	16	
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69	
Шницели рубленые	60	9,64	139	
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179	
Сок фруктовый	200	25,40	105	
Первый ужин				
Макароны отварные с сыром	200	30,27	291	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	55	
Весь рацион питания:		179,00	278,21	1805

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,61	51,75	278,21	1,10	0,62	85,72	178,25	0,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
495,36	839,76	230,23	26,77				

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 11.11.2024  
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,19	182	
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 моркови с сахаром	30	3,49	16	
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69	
Шницели рубленые	60	9,64	139	
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179	
Сок фруктовый	200	25,40	105	
Первый ужин				
Макароны отварные с сыром	200	30,27	291	
Хлеб пшеничный	50	24,17	117	
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	55	
Весь рацион питания:		179,00	278,21	1805

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
56,61	51,75	278,21

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мg	Fe
495,36	839,76	230,23	26,77

Витамины в миллиграммах

В1	В2	С	А	Е
1,10	0,62	85,72	178,25	0,19

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.