

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

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

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

На 14.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	31,47	203
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,78	18
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,71	75
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х)	40/40	5,01	102
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	60	31,28	217
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	55
Первый ужин			
Фрукт свежий	100	8,07	43
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	30	3,98	30
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Весь рацион питания: 179,00		270,09	1802

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,55	55,23	270,09	0,78	1,02	135,69	198,82	0,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
657,85	1027,15	223,27	10,14				

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 13.11.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	131
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
<b>Второй завтрак</b>			
Чай черный с сахаром и лимоном	100	5,10	21
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	30	2,59	26
Суп картофельный с мучными клецками	180	8,74	63
Котлеты рубленые из птицы с соусом	60/20	7,89	196
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
<b>Полдник</b>			
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	22,00	156
Булочка российская	50	27,76	161
<b>Первый ужин</b>			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	200	18,63	214
Хлеб пшеничный	50	24,17	117
Напиток из яблок с вишней	200	23,88	98
Весь рацион питания: 179,00		262,67	1852

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,40	64,09	262,67	0,84	0,84	45,43	183,16	0,13
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
631,35	615,01	129,17	8,79				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.