

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 11.12.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
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
Второй завтрак			
Чай черный с сахаром и лимоном	100	5,10	21
Обед			
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	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный напиток "Снежок"	150	16,50	117
Булочка российская	50	27,76	161
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	16,77	193
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Весь рацион питания: 179,00		233,58	1689

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
Белки							
50,52	61,00	233,58	0,78	0,81	44,14	183,16	0,13
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
618,32	588,51	123,16	8,12				

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 11.12.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
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
Второй завтрак			
Чай черный с сахаром и лимоном	100	5,10	21
Обед			
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	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный напиток "Снежок"	150	16,50	117
Булочка российская	50	27,76	161
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	16,77	193
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Весь рацион питания: 179,00		233,58	1689

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
50,52	61,00	233,58

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мг
618,32	588,51	123,16

Витамины в миллиграммах

В1	В2	С	А	Е
0,78	0,81	44,14	183,16	0,13

Директор

Зав. производства

Алферова

