

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 210"
г.о. Самара (ясли)

МБДОУ "Детский сад № 210" г.о. Самара
(ясли)

М Е Н Ю

На 20.02.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	176
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		250,21	1543

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
74,12	42,81	250,21	0,96	0,70	84,21	141,09	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
314,28	818,39	205,46	25,33				

Директор

(Михалев, А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. 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 20.02.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	176
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		250,21	1543

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
74,12	42,81	250,21	0,96	0,70	84,21	141,09	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
314,28	818,39	205,46	25,33				

Директор

Бригадир

Калькулятор



Ахтямова В.А.

11,09 0,09