



МБДОУ "Детский сад №1" 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	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	160	20,32	84
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Весь рацион питания: 179,00		249,47	1656

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,98	50,01	249,47	1,04	0,59	82,56	168,66	0,18
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
469,15	795,72	219,00	25,59				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .



МБОУ 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	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179	
Сок фруктовый	160	20,32	84	
Первый ужин				
Макаронны отварные с сыром	180	27,24	262	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Весь рацион питания:		179,00	249,47	1656

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,98	50,01	249,47	1,04	0,59	82,56	168,66	0,18
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
469,15	795,72	219,00	25,59				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 12.11.2024 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,91	181
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Сосиски отварные	50	0,45	148
Пюре картофельное	130	17,72	119
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	153
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания:	179,00	211,63	1634

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
44,40	55,39	211,63	0,60	0,85	121,69	134,12	0,29	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
556,15	827,19	235,08	7,97					

Директор

Зав. производства

Алферова А.



МБОУ г.о. Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 12.11.2024 (вторник)
г.о. Самара



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,91	181
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Мясо птицы в соусе (ф)	60	2,16	122
Пюре картофельное	130	17,72	119
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	153
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		213,34	1608

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,48	50,74	213,34	0,50	0,78	122,53	134,30	1,37
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
548,26	811,02	234,36	7,77				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 13.11.2024 (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"	160	17,60	125
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		234,68	1697

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,80	61,25	234,68	0,78	0,81	44,14	183,16	0,13
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
618,32	588,51	123,16	8,12				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

На 13.11.2024 (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"	160	17,60	125
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		234,68	1697

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,80	61,25	234,68	0,78	0,81	44,14	183,16	0,13
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
618,32	588,51	123,16	8,12				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

