

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 06.11.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>				
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197	
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
<b>Второй завтрак</b>				
Напиток лимонный	100	15,06	61	
<b>Обед</b>				
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28	
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76	
Капуста тушеная с мясом птицы	160	10,67	272	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
<b>Полдник</b>				
Булочка "Школьная"	50	2,98	153	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
<b>Первый ужин</b>				
Фрукт свежий	120	9,68	51	
Запеканка из творога (с рисом)	120	39,89	242	
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	243,66	1726

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,48	47,83	243,66	0,66	0,66	115,66	191,86	0,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
556,98	843,90	184,90	22,96				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А.

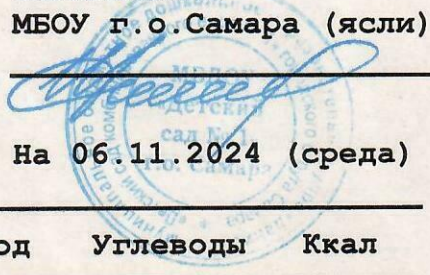




МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 06.11.2024 (среда)



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>				
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197	
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
<b>Второй завтрак</b>				
Напиток лимонный	100	15,06	61	
<b>Обед</b>				
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28	
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76	
Капуста тушеная с мясом птицы	160	10,67	272	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
<b>Полдник</b>				
Булочка "Школьная"	50	2,98	153	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
<b>Первый ужин</b>				
Фрукт свежий	120	9,68	51	
Запеканка из творога (с рисом)	120	39,89	242	
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	243,66	1726

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,48	47,83	243,66	0,66	0,66	115,66	191,86	0,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
556,98	843,90	184,90	22,96				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .





ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ  
"Детский сад №1" г.о.  
Самара

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 07.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
<b>Второй завтрак</b>			
Морковные палочки	30	5,81	26
<b>Обед</b>			
Огурец соленый	20	0,06	0
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Оладьи из печени с соусом (г)	80	7,03	128
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
<b>Полдник</b>			
Пряники	40	27,32	149
Кисломолочный напиток "Кефир"	160	5,76	72
<b>Первый ужин</b>			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		242,32	1671

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,26	51,29	242,32	1,14	1,32	43,14	310,89	3,36
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
675,95	1213,13	273,07	13,85				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А.



МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 07.11.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>				
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247	
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89	
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180	
<b>Второй завтрак</b>				
Морковные палочки	30	5,81	26	
<b>Обед</b>				
Огурец соленый	20	0,06	0	
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69	
Оладьи из печени с соусом (г)	80	7,03	128	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211	
Компот из кураги	180	24,39	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
<b>Полдник</b>				
Пряники	40	27,32	149	
Кисломолочный напиток "Кефир"	160	5,76	72	
<b>Первый ужин</b>				
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90	
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Весь рацион питания:		179,00	242,32	1671

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,26	51,29	242,32	1,14	1,32	43,14	310,89	3,36
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
675,95	1213,13	273,07	13,85				

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. И.





МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 08.11.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136
<b>Второй завтрак</b>			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
<b>Обед</b>			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп из овощей	180	8,14	98
Фрикадельки из птицы в соусе	40/40	5,01	102
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
<b>Полдник</b>			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
<b>Первый ужин</b>			
Макаронны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		236,59	1616

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
43,35	49,68	236,59	0,64	0,72	81,17	143,36	1,24
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
523,91	652,77	163,80	10,44				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.





