

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 28.02.2025 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Свекла отварная	20	2,79	31
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Блинчики	55	14,94	114
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		223,50	1588

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,73	42,49	223,50	0,65	0,85	37,20	235,10	2,28
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
652,41	902,67	239,14	22,52				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара
ЯСЛЧ

М Е Н Ю

На 28.02.2025 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Свекла отварная	20	2,79	31
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Блинчики	55	14,94	114
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		223,50	1588

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,73	42,49	223,50	0,65	0,85	37,20	235,10	2,28
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
652,41	902,67	239,14	22,52				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.