

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 06.03.2025 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х/г/с)	40/20	13,80	110
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	136
Кисломолочный напиток "Ряженка"	160	6,72	82
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		259,41	1696

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,56	59,54	259,41	0,81	0,87	19,88	233,95	3,40
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
768,66	984,88	244,04	9,23				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара
ЯСЛЧ
М Е Н Ю

На 06.03.2025 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (ж/г/с)	40/20	13,80	110
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	136
Кисломолочный напиток "Ряженка"	160	6,72	82
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		259,41	1696

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,56	59,54	259,41	0,81	0,87	19,88	233,95	3,40
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
768,66	984,88	244,04	9,23				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 07.03.2025 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252	
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Салат из свеклы с огурцами солеными	30	2,00	26	
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	58	
Птица, тушенная в соусе с овощами (ф)	160	14,66	232	
Компот из кураги	180	24,39	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка российская	50	27,76	161	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53	
Первый ужин				
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126	
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133	
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Весь рацион питания:		179,00	227,71	1600

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
44,89	42,12	227,71	0,80	0,84	88,87	177,54	2,45
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
529,55	847,06	341,38	11,45				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)
И.С. Михалев
А.И. Алферова
На 07.03.2025 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с огурцами солеными	30	2,00	26
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	58
Птица, тушенная в соусе с овощами (ф)	160	14,66	232
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		227,71	1600

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,89	42,12	227,71	0,80	0,84	88,87	177,54	2,45
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
529,55	847,06	341,38	11,45				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев, А. И.)



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 10.03.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
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			
Огурец соленый	30	0,09	1
Щи из свежей капусты , картофелем и сметаной	180	6,25	83
Шницели рубленые (г/с)	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Картофель тушеный	180	27,95	228
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		235,10	1623

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
42,75	55,16	235,10	1,13	0,74	101,12	128,59	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
367,33	704,26	288,83	11,76				

Директор

Зав. производства

Алферова А. .

(Михалев А. И.)

Н.С. Михалев
А.И. Михалев
На 10.03.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
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			
Огурец соленый	30	0,09	1
Щи из свежей капусты , картофелем и сметаной	180	6,25	83
Шницели рубленные (г/с)	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Картофель тушеный	180	27,95	228
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		235,10	1623

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
42,75	55,16	235,10	1,13	0,74	101,12	128,59	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
367,33	704,26	288,83	11,76				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

