

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 14.04.2025  
(понедельник)

| Наименование блюда                                     | Выход | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------------------------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                  |       |          |      |
| Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п) | 180   | 26,91    | 181  |
| Чай черный с сахаром                                   | 180   | 9,46     | 38   |
| Бутерброд с маслом сливочным                           | 30/10 | 14,62    | 136  |
| <b>Второй завтрак</b>                                  |       |          |      |
| Напиток из плодов шиповника                            | 100   | 10,37    | 44   |
| <b>Обед</b>                                            |       |          |      |
| Огурец свежий                                          | 20    | 0,49     | 3    |
| Суп с рыбными консервами (сельдь)                      | 180   | 10,32    | 121  |
| Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)               | 40/20 | 6,06     | 128  |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным          | 130   | 33,52    | 211  |
| Напиток из ягодной смеси                               | 180   | 11,70    | 53   |
| Хлеб пшеничный                                         | 30    | 14,50    | 70   |
| Хлеб ржаной                                            | 30    | 10,02    | 52   |
| <b>Полдник</b>                                         |       |          |      |
| Булочка "Домашняя"                                     | 50    | 26,96    | 179  |
| Сок фруктовый                                          | 180   | 22,86    | 95   |
| <b>Первый ужин</b>                                     |       |          |      |
| Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром         | 180   | 23,23    | 225  |
| Чай черный со свежей ягодой и сахаром                  | 180   | 9,95     | 40   |
| Хлеб пшеничный                                         | 30    | 14,50    | 70   |
| Весь рацион питания: 210,00                            |       | 245,47   | 1646 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 41,77                               | 53,47  | 245,47   | 0,82                    | 0,67 | 93,39 | 105,52 | 0,30 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 332,57                              | 680,33 | 249,82   | 10,88                   |      |       |        |      |

Директор

Зав. производства

Алферова А. .

(Михалев А. И.)

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Ассети

МЕНЮ

На 14.04.2025  
(понедельник)

| Наименование блюда                                     | Выход | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------------------------|-------|----------|------|
| Первый завтрак                                         |       |          |      |
| Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п) | 180   | 26,91    | 181  |
| 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 свежий                                          | 20    | 0,49     | 3    |
| Суп с рыбными консервами (сельдь)                      | 180   | 10,32    | 121  |
| Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)               | 40/20 | 6,06     | 128  |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным          | 130   | 33,52    | 211  |
| Напиток из ягодной смеси                               | 180   | 11,70    | 53   |
| Хлеб пшеничный                                         | 30    | 14,50    | 70   |
| Хлеб ржаной                                            | 30    | 10,02    | 52   |
| Полдник                                                |       |          |      |
| Булочка "Домашняя"                                     | 50    | 26,96    | 179  |
| Сок фруктовый                                          | 180   | 22,86    | 95   |
| Первый ужин                                            |       |          |      |
| Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром         | 180   | 23,23    | 225  |
| Чай черный со свежей ягодой и сахаром                  | 180   | 9,95     | 40   |
| Хлеб пшеничный                                         | 30    | 14,50    | 70   |
| Весь рацион питания: 210,00                            |       | 245,47   | 1646 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | B1                      | B2   | C     | A      | E    |
| 41,77                               | 53,47  | 245,47   | 0,82                    | 0,67 | 93,39 | 105,52 | 0,30 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Ca                                  | P      | Mg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 332,57                              | 680,33 | 249,82   | 10,88                   |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 15.04.2025 (вторник)

| 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>                              |       |          |      |
| Чай черный со свежей ягодой и сахаром              | 100   | 5,53     | 22   |
| <b>Обед</b>                                        |       |          |      |
| Салат из лука и зеленого горошка                   | 30    | 2,10     | 34   |
| Щи из свежей капусты, картофелем и сметаной        | 180   | 6,25     | 83   |
| Гуляш из отварного сердца                          | 80    | 2,64     | 126  |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным     | 130   | 22,86    | 143  |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 180   | 24,99    | 102  |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,50    | 70   |
| Хлеб ржаной                                        | 30    | 10,02    | 52   |
| <b>Полдник</b>                                     |       |          |      |
| Булочка "Школьная"                                 | 50    | 2,98     | 153  |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                     | 180   | 19,80    | 140  |
| <b>Первый ужин</b>                                 |       |          |      |
| Рагу из овощей (с соусом томатным)                 | 180   | 16,77    | 204  |
| Чай черный с сахаром и лимоном                     | 180   | 9,18     | 37   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,50    | 70   |
| Весь рацион питания: 210,00                        |       | 208,27   | 1660 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |       |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|-------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А     | Е    |
| 47,89                               | 55,66  | 208,27   | 0,68                    | 0,51 | 34,47 | 96,29 | 1,30 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |       |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |       |      |
| 459,75                              | 710,65 | 186,29   | 23,37                   |      |       |       |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Ленин

М Е Н Ю

На 15.04.2025 (вторник)

| Наименование блюда                                 | Выход | Углеводы | Ккал |
|----------------------------------------------------|-------|----------|------|
| Первый завтрак                                     |       |          |      |
| 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  |
| Второй завтрак                                     |       |          |      |
| Чай черный со свежей ягодой и сахаром              | 100   | 5,53     | 22   |
| Обед                                               |       |          |      |
| Салат из лука и зеленого горошка                   | 30    | 2,10     | 34   |
| Щи из свежей капусты , картофелем и сметаной       | 180   | 6,25     | 83   |
| Гуляш из отварного сердца                          | 80    | 2,64     | 126  |
| Макаронные изделия отварные с маслом сливочным     | 130   | 22,86    | 143  |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 180   | 24,99    | 102  |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,50    | 70   |
| Хлеб ржаной                                        | 30    | 10,02    | 52   |
| Полдник                                            |       |          |      |
| Булочка "Школьная"                                 | 50    | 2,98     | 153  |
| Кисломолочный напиток "Снежок"                     | 180   | 19,80    | 140  |
| Первый ужин                                        |       |          |      |
| Рагу из овощей (с соусом томатным)                 | 180   | 16,77    | 204  |
| Чай черный с сахаром и лимоном                     | 180   | 9,18     | 37   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,50    | 70   |
| Весь рацион питания: 210,00                        |       | 208,27   | 1660 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |       |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|-------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А     | Е    |
| 47,89                               | 55,66  | 208,27   | 0,68                    | 0,51 | 34,47 | 96,29 | 1,30 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |       |      |
| Са                                  | Р      | Mg       | Fe                      |      |       |       |      |
| 459,75                              | 710,65 | 186,29   | 23,37                   |      |       |       |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 16.04.2025 (среда)

| Наименование блюда                                 | Выход | Углеводы | Ккал |
|----------------------------------------------------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                              |       |          |      |
| Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным | 180   | 34,40    | 246  |
| Чай черный с молоком и сахаром                     | 180   | 14,31    | 89   |
| Бутерброд с сыром                                  | 30/10 | 19,39    | 180  |
| <b>Второй завтрак</b>                              |       |          |      |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 100   | 13,88    | 57   |
| <b>Обед</b>                                        |       |          |      |
| Винегрет с луком репчатым                          | 30    | 2,53     | 28   |
| Суп из овощей                                      | 180   | 8,14     | 98   |
| Котлеты рубленые из птицы с соусом                 | 60/20 | 7,89     | 196  |
| Каша рисовая с маслом сливочным                    | 130   | 19,19    | 133  |
| Напиток из плодов шиповника                        | 180   | 18,67    | 79   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,51    | 71   |
| Хлеб ржаной                                        | 30    | 10,02    | 52   |
| <b>Полдник</b>                                     |       |          |      |
| Бутерброды с повидлом                              | 55    | 27,56    | 156  |
| Чай черный с сахаром                               | 180   | 9,46     | 38   |
| <b>Первый ужин</b>                                 |       |          |      |
| Фрукт свежий                                       | 100   | 8,07     | 63   |
| Запеканка из творога с морковью                    | 120   | 28,54    | 241  |
| Соус молочный (сладкий)                            | 20    | 2,65     | 20   |
| Напиток из ягодной смеси                           | 180   | 11,70    | 53   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,51    | 71   |
| Весь рацион питания: 210,00                        |       | 265,40   | 1871 |

Для всего меню

В граммах

| Белки | Жиры  | Углеводы | В1   | В2   | С      | А      | Е    |
|-------|-------|----------|------|------|--------|--------|------|
| 58,53 | 62,42 | 265,40   | 0,68 | 0,95 | 178,03 | 253,58 | 1,24 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| Са     | Р      | Мg     | Fe    |
|--------|--------|--------|-------|
| 834,62 | 970,69 | 216,67 | 16,91 |

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

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

На 16.04.2025 (среда)



| Наименование блюда                                 | Выход | Углеводы | Ккал |
|----------------------------------------------------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                              |       |          |      |
| Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным | 180   | 34,40    | 246  |
| Чай черный с молоком и сахаром                     | 180   | 14,31    | 89   |
| Бутерброд с сыром                                  | 30/10 | 19,39    | 180  |
| <b>Второй завтрак</b>                              |       |          |      |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 100   | 13,88    | 57   |
| <b>Обед</b>                                        |       |          |      |
| Винегрет с луком репчатым                          | 30    | 2,53     | 28   |
| Суп из овощей                                      | 180   | 8,14     | 98   |
| Котлеты рубленые из птицы с соусом                 | 60/20 | 7,89     | 196  |
| Каша рисовая с маслом сливочным                    | 130   | 19,19    | 133  |
| Напиток из плодов шиповника                        | 180   | 18,67    | 79   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,51    | 71   |
| Хлеб ржаной                                        | 30    | 10,02    | 52   |
| <b>Полдник</b>                                     |       |          |      |
| Бутерброды с повидлом                              | 55    | 27,56    | 156  |
| Чай черный с сахаром                               | 180   | 9,46     | 38   |
| <b>Первый ужин</b>                                 |       |          |      |
| Фрукт свежий                                       | 100   | 8,07     | 63   |
| Запеканка из творога с морковью                    | 120   | 28,54    | 241  |
| Соус молочный (сладкий)                            | 20    | 2,65     | 20   |
| Напиток из ягодной смеси                           | 180   | 11,70    | 53   |
| Хлеб пшеничный                                     | 30    | 14,51    | 71   |
| Весь рацион питания: 210,00                        |       | 265,40   | 1871 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |        |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|--------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С      | А      | Е    |
| 58,53                               | 62,42  | 265,40   | 0,68                    | 0,95 | 178,03 | 253,58 | 1,24 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |        |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |        |        |      |
| 834,62                              | 970,69 | 216,67   | 16,91                   |      |        |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

