

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 05.05.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	37,30	247
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	0,51	3
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	40/20	13,80	110
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		262,18	1638

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,24	50,94	262,18	0,76	0,62	88,39	102,67	3,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
379,35	620,45	234,54	11,14				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Я С Л И
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 года

М Е Н Ю

На 05.05.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	37,30	247
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	0,51	3
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (ж*)	40/20	13,80	110
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		262,18	1638

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,24	50,94	262,18	0,76	0,62	88,39	102,67	3,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
379,35	620,45	234,54	11,14				

Директор

Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алфорова А.



М Е Н Ю

На 06.05.2025 (вторник)

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,36	53,45	273,44	0,74	0,70	112,65	150,12	0,14
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
567,44	666,58	147,39	22,79				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Я С Л И
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 года

М Е Н Ю

На 06.05.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,19	182
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из ягодной смеси	100	6,50	29
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Бефстроганов из печени (г)	80	2,56	184
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Запеканка из творога (с рисом)	120	39,89	242
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		273,44	1803

Для всего меню

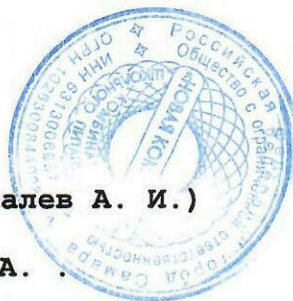
В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,36	53,45	273,44	0,74	0,70	112,65	150,12	0,14
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
567,44	666,58	147,39	22,79				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 07.05.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
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	27
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76
Суфле из рыбы (ф)	80	3,25	120
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	136
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Первый ужин			
Рис отварной с овощами	180	37,95	251
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	59
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания:		210,00	251,07 1602

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,24	41,03	251,07	0,84	0,94	48,52	357,95	0,11
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
635,83	1255,34	359,22	24,10				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Я С Л И
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 ГОДА

М Е Н Ю

На 07.05.2025 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
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	27
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76
Суфле из рыбы (ф)	80	3,25	120
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	136
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Первый ужин			
Рис отварной с овощами	180	37,95	251
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	59
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		251,07	1602

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,24	41,03	251,07	0,84	0,94	48,52	357,95	0,11
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
635,83	1255,34	359,22	24,10				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

