

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 15.05.2025 (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 с сахаром и лимоном	100	5,10	21
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (ж*)	40/40	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	50	34,15	170
Кисломолочный напиток "Варенец"	180	7,20	90
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	200	30,28	273
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		270,39	1753

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,66	58,08	270,39	0,82	1,04	17,96	188,67	3,40
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
677,52	869,69	177,07	9,76				

Директор

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 15.05.2025 (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 с сахаром и лимоном	100	5,10	21
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	40/40	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	50	34,15	170
Кисломолочный напиток "Варенец"	180	7,20	90
Первый ужин			
Макароны, запеченные, с яйцом	200	30,28	273
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		270,39	1753

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,66	58,08	270,39	0,82	1,04	17,96	188,67	3,40
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
677,52	869,69	177,07	9,76				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

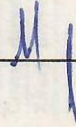
М Е Н Ю

На 16.05.2025 (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			
Свекла отварная	30	4,18	47
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	75
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом (ф)	60/40	8,00	158
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Весь рацион питания: 210,00		249,66	1810

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,32	48,94	249,66	0,82	0,89	95,42	175,45	2,34
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
551,19	963,19	369,44	12,53				

Директор 


(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара
ЯСЛ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 ГОДА

М Е Н Ю

На 16.05.2025 (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			
Свекла отварная	30	4,18	47
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	75
Первый ужин			
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом (ф)	60/40	8,00	158
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Весь рацион питания: 210,00		249,66	1810

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,32	48,94	249,66	0,82	0,89	95,42	175,45	2,34
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
551,19	963,19	369,44	12,53				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

