

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 19.05.2025
(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			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Шницели рубленые*	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	60	32,35	215
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель тушеный	200	31,05	253
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	50	24,17	118
Весь рацион питания: 210,00		271,73	1815

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,26	57,94	271,73	1,18	0,74	56,66	129,90	0,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
393,63	769,92	314,15	20,52				

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



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			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Шницели рубленые*	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	60	32,35	215
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель тушеный	200	31,05	253
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	50	24,17	118
Весь рацион питания: 210,00		271,73	1815

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,26	57,94	271,73	1,18	0,74	56,66	129,90	0,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
393,63	769,92	314,15	20,52				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А.



М Е Н Ю

На 20.05.2025 (вторник)

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,14	54,64	255,71	0,75	1,03	37,49	161,62	0,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
814,73	978,65	228,58	22,60				

Директор

Зав. производства

Алфорова А



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

ЯСЛИ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 ГОДА

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

На 20.05.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	131
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	38
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Мясо птицы в соусе (ф)	60	2,16	122
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			
Булочка российская	60	33,31	193
Кисломолочный напиток "Ряженка"	180	7,56	92
Первый ужин			
Рис отварной с овощами	200	42,17	279
Хлеб пшеничный	50	24,17	118
Чай черный с сахаром и лимоном	185/8/7	10,20	58
Весь рацион питания: 210,00		257,42	1759

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
Белки	49,99	257,42	0,65	0,95	38,33	161,80	1,18
49,22							
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
806,84	962,48	227,86	22,40				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев А. И.)