

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

На 01.07.2025 (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			
Кисломолочный напиток "Ряженка"	100	4,20	51
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с луком)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Сосиски отварные	50	0,45	148
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	50	16,70	87
Полдник			
Рис отварной с овощами	180	37,95	251
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	58
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Печенье	40	29,76	167
Весь рацион питания: 210,00		230,35	1614

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,70	0,94	37,05	162,92	0,00
42,01	50,88	230,35					
Минеральные вещества в миллиграммах			Fe				
Ca	P	Mg	22,54				
704,77	932,66	220,29					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

МБОУ г.о.Самара (ясли)

Я С Л И
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
1 - 3 ГОДА

М Е Н Ю

На 01.07.2025 (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			
Кисломолочный напиток "Ряженка"	100	4,20	51
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с луком)	30	2,59	26
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			
Рис отварной с овощами	180	37,95	251
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	58
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Печенье	40	29,76	167
Весь рацион питания: 210,00		225,38	1553

Для всего меню

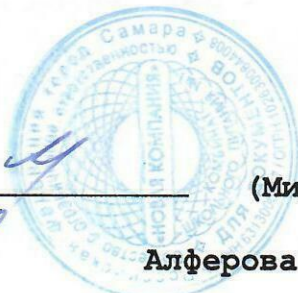
В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
42,77	45,99	225,38	0,57	0,85	37,89	163,10	1,08
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
689,88	884,89	210,17	21,57				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

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			
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76
Котлеты рубленые из курицы (ф)	60	9,98	164
Капуста тушеная	130	12,46	104
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Фрукт свежий	100	8,07	63
Запеканка из творога (с рисом)	120	39,89	242
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 210,00		231,72	1535

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,61	45,36	231,72	0,71	0,94	192,53	236,76	0,11
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
684,02	939,24	267,04	9,96				

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 02.07.2025 (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			
Салат картофельный с зеленым горошком	30	2,93	28
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76
Котлеты рубленые из курицы (ф)	60	9,98	164
Капуста тушеная	130	12,46	104
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Фрукт свежий	100	8,07	63
Запеканка из творога (с рисом)	120	39,89	242
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 210,00		231,72	1535

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,61	45,36	231,72	0,71	0,94	192,53	236,76	0,11
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
684,02	939,24	267,04	9,96				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

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

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 03.07.2025 (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	29
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,71	75
Бефстроганов из печени (г)	80	2,56	184
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Ватрушка с творогом	50	20,84	144
Весь рацион питания: 210,00		232,23	1690

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,80	53,34	232,23	0,97	1,00	45,14	292,65	0,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
584,41	1006,88	242,23	22,95				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .