

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 06.06.2025 (пятница)

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 плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77
Фрикадельки из птицы в соусе	40/40	5,01	114
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	182
Компот ягодный с яблоками	180	25,05	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Кисломолочный напиток "Кефир"	180	7,20	90
Первый ужин			
Икра кабачковая	30	1,93	27
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	160	28,21	180
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Весь рацион питания: 210,00		260,35	1713

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,97	50,04	260,35	0,69	0,87	64,92	173,10	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
712,47	896,57	190,04	10,03				

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 06.06.2025 (пятница)

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 плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Суп картофельный с крупой пшенной	180	13,44	77
Фрикадельки из птицы в соусе	40/40	5,01	114
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	182
Компот ягодный с яблоками	180	25,05	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Кисломолочный напиток "Кефир"	180	7,20	90
Первый ужин			
Икра кабачковая	30	1,93	27
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	160	28,21	180
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Весь рацион питания: 210,00		260,35	1713

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,97	50,04	260,35	0,69	0,87	64,92	173,10	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
712,47	896,57	190,04	10,03				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 09.06.2025
(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			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)	40/40	6,96	139
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	160	20,32	84
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		251,37	1697

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,73	49,00	251,37	0,66	0,61	38,02	64,72	0,30
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
324,55	448,45	207,72	17,87				

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 09.06.2025
(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			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)	40/40	6,96	139
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	160	20,32	84
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		251,37	1697

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,73	49,00	251,37	0,66	0,61	38,02	64,72	0,30
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
324,55	448,45	207,72	17,87				

Директор

(Михаилев А. И.)



Зав. производства

Алфорова А.