

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 15.07.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	200	18,84	145
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 репчатым)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	205	12,49	99
Мясо птицы в соусе (ф)	100	3,60	204
Пюре картофельное	150	20,44	137
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Мясо птицы (филе) отварное для 1 блюд	10	0,03	21
Полдник			
Рис отварной с овощами	200	42,17	279
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	58
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Печенье	60	44,64	250
Весь рацион питания: 210,00		269,92	1901

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,93	58,12	269,92	0,68	0,94	41,84	181,46	1,80
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
742,42	1041,43	245,56	23,71				

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 15.07.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	200	18,84	145
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 репчатым)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	205	12,49	99
Мясо птицы в соусе (ф)	100	3,60	204
Пюре картофельное	150	20,44	137
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Мясо птицы (филе) отварное для 1 блюд	10	0,03	21
Полдник			
Рис отварной с овощами.	200	42,17	279
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	58
Хлеб пшеничный	40	19,33	95
Печенье	60	44,64	250
Весь рацион питания: 210,00		269,92	1901

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,93	58,12	269,92	0,68	0,94	41,84	181,46	1,80
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
742,42	1041,43	245,56	23,71				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

