

МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 21.08.2025 (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			
Кисломолочный напиток "Варенец"	100	4,00	50
Обед			
Салат из моркови с сахаром	30	3,49	16
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	100	11,18	189
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Огурец свежий	20	0,49	3
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Пряники	40	27,32	136
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		267,68	1867

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,63	57,87	267,68	0,82	0,95	27,77	203,97	0,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
606,89	837,13	187,91	8,57				

Директор

Зав. производства

Алфорова А.

(Михалев А. И.)



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

Я С Л И
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ М Е Н Ю
1 - 3 ГОДА

На 21.08.2025 (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			
Кисломолочный напиток "Варенец"	100	4,00	50
Обед			
Салат из моркови с сахаром	30	3,49	16
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	100	11,18	189
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Огурец свежий	20	0,49	3
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Пряники	40	27,32	136
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		267,68	1867

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,63	57,87	267,68	0,82	0,95	27,77	203,97	0,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
606,89	837,13	187,91	8,57				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБДОУ "Детский сад №1" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 22.08.2025 (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			
Салат овощной с яблоками и свеклой	50	3,64	18
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	58
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		260,93	1800

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,26	48,59	260,93	0,80	0,88	85,55	197,52	2,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
524,26	864,47	349,45	11,89				

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 22.08.2025 (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			
Салат овощной с яблоками и свеклой	50	3,64	18
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	58
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	232
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Тефтели рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	126
Каша рисовая с маслом сливочным	130	19,19	133
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		260,93	1800

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,26	48,59	260,93	0,80	0,88	85,55	197,52	2,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
524,26	864,47	349,45	11,89				

Директор _____

(Михалев А. И.)



Зав. производства

Алферова А.