

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ "Росток"  
г.о. Самара (дошкольное отделение)

МБОУ "Росток" г.о. Самара (дошкольное отделение)

М Е Н Ю

На 21.04.2026 (вторник)

Возрастная категория: 3-7 лет



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	200	30,20	219
Кофейный напиток молочный с сахаром	200	15,96	101
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
<b>Второй завтрак</b>			
Кисломолочный напиток "Снежок"	100	11,00	78
Гренки из пшеничного хлеба	15	11,40	56
<b>Обед</b>			
Огурец соленый	50	0,85	5
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	200	6,87	69
Гуляш из отварного сердца	80	4,40	93
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	39,61	239
Напиток из плодов шиповника	200	20,74	88
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	40	13,36	70
<b>Уплотненный полдник</b>			
Булочка "Школьная"	80	4,76	244
Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	16,77	204
Яйцо вареное	20	0,01	32
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	54
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>1805</b>	<b>225,77</b>	<b>1806</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,07	50,60	225,77	1,00	0,96	136,83	209,99	0,11
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
541,77	837,42	248,63	12,02				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А.

МБОУ г.о.Самара (ясли)

МЕНЮ

На 21.04.2026 (вторник)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	160	24,16	175
Кофейный напиток молочный с сахаром	150	11,97	76
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
<b>Второй завтрак</b>			
Кисломолочный напиток "Снежок"	100	11,00	78
Гренки из пшеничного хлеба	15	11,40	56
<b>Обед</b>			
Огурец соленый	30	0,51	3
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	150	5,15	52
Гуляш из отварного сердца	80	4,40	93
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	120	31,69	191
Напиток из плодов шиповника	150	15,56	66
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
<b>Уплотненный полдник</b>			
Булочка "Школьная"	80	4,76	244
Рагу из овощей (с соусом томатным)	150	13,97	170
Яйцо вареное	20	0,01	32
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	150	8,29	41
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>1455</b>	<b>183,50</b>	<b>1542</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,87	43,76	183,50	0,81	0,83	104,17	203,29	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
432,76	718,18	197,88	10,01				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

*Слу*

(Михалев А. И.)

Алферова А.