

МБОУ "Росток" (детский сад)

М Е Н Ю

На 01.04.2024
(понедельник)



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	35,01	252	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Икра кабачковая	30	1,93	20	
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143	
Гуляш из отварного сердца	80	2,64	126	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181	
Сок фруктовый	160	20,32	84	
Первый ужин				
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	225	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Весь рацион питания:		179,00	242,88	1667

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
48,27	55,98	242,88	0,87	0,84	90,47	163,61	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
383,80	920,30	284,19	28,13				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	35,01	252
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Гуляш из отварного сердца	80	2,64	126
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	160	20,32	84
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	225
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		242,88	1667

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
48,27	55,98	242,88	0,87	0,84	90,47	163,61	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
383,80	920,30	284,19	28,13				

Директор _____

(Михалёв А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

