

МБОУ "Росток" (детский сад)

М Е Н Ю

На 19.04.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197	
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28	
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	120	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Компот из кураги	180	24,39	102	
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304	
Полдник				
Булочка "Школьная"	50	2,98	153	
Чай черный со смородиной черной и сахаром	180	9,95	40	
Первый ужин				
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306	
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Весь рацион питания:		179,00	220,46	1775

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			B1	B2	C	A	E
Белки	Жиры	Углеводы					
61,63	56,59	220,46	0,76	0,99	83,95	281,78	1,33
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
690,44	1162,97	284,68	10,96				

Директор _____

Зав. производства _____

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО

МБОУ г.о.Самара (ясли)

На 19.04.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197	
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28	
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	120	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Компот из кураги	180	24,39	102	
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304	
Полдник				
Булочка "Школьная"	50	2,98	153	
Чай черный со смородиной черной и сахаром	180	9,95	40	
Первый ужин				
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306	
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Весь рацион питания:		179,00	220,46	1775

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,63	56,59	220,46	0,76	0,99	83,95	281,78	1,33
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
690,44	1162,97	284,68	10,96				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

