

МБОУ "Росток" (детский сад)

М Е Н Ю

На 27.06.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	31,47	203
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,71	75
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х)	40/40	5,01	102
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Напиток из ягодной смеси	160	10,40	44
Ватрушка с творогом	50	20,71	140
Первый ужин			
Фрукт свежий	100	8,07	43
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	220
Весь рацион питания: 179,00		253,66	1586

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
44,84	42,70	253,66	0,68	0,81	134,49	128,98	0,11	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
466,69	690,67	158,66	23,59					

Директор _____



(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 21.06.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	31,47	203	
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
Обед				
Огурец свежий	20	0,49	3	
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,71	75	
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х)	40/40	5,01	102	
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Напиток из ягодной смеси	160	10,40	44	
Ватрушка с творогом	50	20,71	140	
Первый ужин				
Фрукт свежий	100	8,07	43	
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	220	
Весь рацион питания:		179,00	253,66	1586

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,68	0,81	134,49	128,98	0,11
44,84	42,70	253,66					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
466,69	690,67	158,66	23,59				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

