



МБОУ "Росток" (детский сад)

М Е Н Ю

На 30.05.2024 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
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
<b>Второй завтрак</b>			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
<b>Обед</b>			
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
<b>Полдник</b>			
Напиток из ягодной смеси	160	10,40	44
Булочка российская	50	27,76	161
<b>Первый ужин</b>			
Фрукт свежий	120	9,68	51
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		258,30	1711

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
54,24	50,39	258,30	0,71	0,93	146,48	188,58	0,15
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
645,62	986,57	191,86	23,53				

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



Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
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
<b>Второй завтрак</b>			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
<b>Обед</b>			
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
<b>Полдник</b>			
Напиток из ягодной смеси	160	10,40	44
Булочка российская	50	27,76	161
<b>Первый ужин</b>			
Фрукт свежий	120	9,68	51
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00			1711
		258,30	

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А
54,24	50,39	258,30	0,71	0,93	146,48	188,58
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са	Р	Мg	Fe			
645,62	986,57	191,86	23,53			

Директор

Зав. производства

Алферова А.



И. )