

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 05.05.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	37,30	247
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			
Огурец соленый	30	0,51	3
Суп картофельный с горохом	180	11,75	96
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	40/20	13,80	110
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	26,41	151
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	180	27,26	246
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Весь рацион питания: 210,00		262,18	1638

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
47,24	50,94	262,18	0,76	0,62	88,39	102,67	3,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
379,35	620,45	234,54	11,14				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.