

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 08.04.2026 (среда)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	200	38,22	273
Чай черный с молоком и сахаром	200	15,90	99
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Гренки из пшеничного хлеба	15	11,40	56
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	50	4,89	47
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	200	9,63	83
Котлеты рубленые из птицы с соусом	60/20	7,89	196
Каша рисовая с маслом сливочным	150	22,14	154
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	54
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Уплотненный полдник			
Фрукт свежий	100	8,07	63
Запеканка из творога с морковью	150	35,67	301
Соус молочный (сладкий)	30	3,98	30
Напиток из ягодной смеси	200	13,00	75
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания:	1805	252,64	1856

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,84	63,10	252,64	0,68	1,06	103,62	258,17	0,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
929,02	1047,68	313,51	16,98				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А.