ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 09.12.2025 (вторник)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	160	24,16	175
Кофейный напиток молочный с сахаром	150	11,97	76
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Кисломолочный напиток "Снежок"	100	11,00	78
Гренки из пшеничного хлеба	15	11,40	56
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,78	18
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	150	5,18	58
Плов из мяса*	160	21,41	280
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Уплотненный полдник			
Булочка "Школьная"	80	4,76	244
Рагу из овощей (с соусом томатным)	150	13,97	170
Яйцо вареное	20	0,01	32
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром и лимоном	150	7,12	45
Весь рацион питания:	1415	172,72	1582

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,35	49,57	172,72	0,64	0,82	22,11	310,94	0,09

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
440,61	847,61	156,47	10,80

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____ Алферова А. .

Шеф-повар _____