

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 10.07.2025 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	100	5,53	22
Обед			
Салат из моркови с сахаром	30	3,49	16
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	68
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный напиток "Варенец"	160	6,40	80
Пряники	40	27,32	136
Первый ужин			
Макароны, запеченные с яйцом	160	24,23	219
Огурец свежий	20	0,49	3
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 210,00		242,49	1599

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е
51,81	53,27	242,49		0,76	0,96	31,83	179,07	3,52
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
669,15	868,02	231,43	8,74					

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

