

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 11.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход   | Углеводы | Ккал |
|--|--------|---------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                |        |         |          |      |
| Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным    |        | 200     | 41,45    | 274  |
| Кофейный напиток молочный с сахаром                  |        | 200     | 15,96    | 101  |
| Бутерброд с сыром                                    |        | 30/10   | 19,39    | 180  |
| <b>Второй завтрак</b>                                |        |         |          |      |
| Напиток из плодов шиповника                          |        | 100     | 10,37    | 44   |
| Гренки из пшеничного хлеба                           |        | 15      | 11,40    | 56   |
| <b>Обед</b>  |        |         |          |      |
| Салат картофельный с зеленым горошком                |        | 50      | 4,89     | 50   |
| Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью) |        | 200     | 9,63     | 83   |
| Мясо индейки в соусе                                 |        | 80      | 2,88     | 163  |
| Каша рисовая с маслом сливочным                      |        | 150     | 22,14    | 132  |
| Компот из смеси сухофруктов                          |        | 200     | 27,77    | 113  |
| Хлеб пшеничный                                       |        | 30      | 14,50    | 71   |
| Хлеб ржаной  |        | 40      | 13,36    | 70   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                           |        |         |          |      |
| Суфле из рыбы (гф)                                   |        | 60      | 2,44     | 90   |
| Картофель отварной с маслом сливочным                |        | 150     | 23,01    | 143  |
| Чай черный с сахаром и лимоном                       |        | 200/8/7 | 10,20    | 65   |
| Хлеб пшеничный                                       |        | 20      | 9,67     | 47   |
| Пряники  |        | 50      | 34,15    | 170  |
| <b>Весь рацион питания:</b>                          |        |         |          |      |
|  | 210,00 | 1800    | 273,20   | 1852 |

Для всего меню

| В граммах                           |         |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|---------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры    | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 58,45                               | 56,52   | 273,20   | 0,81                    | 0,99 | 93,05 | 320,82 | 1,45 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |         |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р       | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 734,72                              | 1187,00 | 270,93   | 26,98                   |      |       |        |      |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

*М*



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.