

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 12.08.2025 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным		180	16,96	131
Чай черный с молоком и сахаром		180	14,31	89
Бутерброд с сыром		30/10	19,39	180
Итого:	63,98		50,66	400
Второй завтрак				
Кисломолочный напиток "Ряженка"		100	4,20	51
Итого:	16,46		4,20	51
Обед				
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)		30	2,59	26
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)		180	10,97	87
Сосиски отварные		50	0,45	148
Пюре картофельное		130	17,72	119
Компот из смеси сухофруктов		180	24,99	102
Хлеб пшеничный		30	14,50	71
Хлеб ржаной		30	10,02	52
Итого:	90,01		81,23	605
Полдник				
Рис отварной с овощами		200	42,17	279
Чай черный с сахаром и лимоном		200	10,20	58
Хлеб пшеничный		30	14,50	71
Печенье		40	29,76	167
Молочный коктейль		200	32,70	214
Итого:	39,55		129,33	789
Весь рацион питания:	210,00		265,42	1845

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,71	59,36	265,42	0,68	0,94	38,12	165,38	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
701,17	917,56	216,05	21,95				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .