

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 18.09.2025 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	210	43,52	288
Какао с молоком и сахаром	200	17,58	119
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Кисломолочный напиток "Варенец"	100	4,00	50
Обед			
Салат из моркови с сахаром	50	5,81	26
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)	100	11,18	189
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	150	30,47	174
Напиток из плодов шиповника	200	20,74	88
Хлеб пшеничный	30	14,51	71
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Уплотненный полдник			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	168
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Ватрушка с творогом	80	33,34	262
Фруктовые кусочки (пачка)	15	12,00	51
Весь рацион питания:		271,32	1888

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
68,84	55,34	271,32	1,26	1,56	113,56	267,07	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
870,30	1143,10	500,62	16,92				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .