

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 18.08.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	30	2,71	26
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)	40/40	6,96	139
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	225
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Булочка российская	80	44,41	257
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		274,56	1883

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
50,50	63,40	274,56	0,87	0,56	45,14	105,50	0,34
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
327,02	513,96	237,98	15,78				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.