

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 20.04.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	200	29,90	201
Чай черный с сахаром	200	10,51	42
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Гренки из пшеничного хлеба	15	11,40	56
Обед			
Икра кабачковая	50	3,22	45
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Фрикадельки мясные в соусе томатном*	60/40	13,33	226
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	32,74	188
Компот из смеси сухофруктов	200	27,77	113
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Уплотненный полдник			
Булочка "Домашняя"	60	32,35	215
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	180	23,23	225
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром и лимоном	200/8/7	10,20	65
Весь рацион питания:	1800	272,54	1860

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,91	60,99	272,54	0,80	0,57	21,89	122,53	0,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
360,71	786,63	215,54	26,86				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Подпись)



(Михалев А. И.)
Алферова А.