

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 21.05.2026 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным		200	41,45	274	
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	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Винегрет с луком репчатым		50	4,22	47	
Суп с рыбными консервами (сельдь)		200	5,20	121	
Тефтели мясные в соусе томатном (х*)		80	13,80	110	
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным		150	30,47	174	
Компот из смеси сухофруктов		200	27,77	113	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Хлеб ржаной		40	13,36	70	
Уплотненный полдник					
Ватрушка с творогом		80	33,34	262	
Суп молочный с вермишелью		200	18,84	145	
Чай черный с сахаром		200	10,51	42	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Весь рацион питания:		210,00	1805	270,73	1837

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
62,38	62,16	270,73	0,75	1,18	19,37	243,30	3,40
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
846,21	1201,97	244,87	24,96				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.