

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 2» г.о.  
Самара

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 21.01.2025 (вторник)

| Наименование блюда                                    | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|-------|----------|------|
| Первый завтрак  |       |          |      |
| Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным | 180   | 28,53    | 227  |
| Бутерброд с маслом сливочным                          | 40    | 14,62    | 136  |
| Какао с молоком и сахаром                             | 180   | 15,82    | 107  |
| Второй завтрак  |       |          |      |
| Чай черный со свежей ягодой и сахаром                 | 100   | 5,53     | 22   |
| Обед  |       |          |      |
| Винегрет с луком репчатым                             | 30    | 2,53     | 28   |
| Суп картофельный с горохом                            | 180   | 11,75    | 96   |
| Жаркое по-домашнему                                   | 160   | 16,00    | 267  |
| Напиток из плодов шиповника                           | 180   | 18,67    | 79   |
| Хлеб пшеничный  | 20    | 9,67     | 47   |
| Хлеб ржаной   | 30    | 10,02    | 52   |
| Полдник   |       |          |      |
| Булочка российская                                    | 50    | 27,76    | 161  |
| Кисломолочный напиток "Ряженка"                       | 150   | 6,30     | 77   |
| Первый ужин   |       |          |      |
| Рис отварной с овощами                                | 180   | 37,95    | 251  |
| Чай черный с сахаром и лимоном                        | 180   | 9,18     | 37   |
| Хлеб пшеничный  | 20    | 9,67     | 47   |
| Весь рацион питания: 179,00                           |       | 224,00   | 1634 |

Для всего меню

| В граммах                           |         |          | Витамины в миллиграммах |      |        |        |      |
|-------------------------------------|---------|----------|-------------------------|------|--------|--------|------|
| Белки                               | Жиры    | Углеводы | B1                      | B2   | C      | A      | E    |
| 53,41                               | 56,44   | 224,00   | 1,00                    | 1,14 | 115,04 | 150,50 | 0,04 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |         |          |                         |      |        |        |      |
| Ca                                  | P       | Mg       | Fe                      |      |        |        |      |
| 711,39                              | 1146,54 | 314,70   | 11,16                   |      |        |        |      |

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .