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 21.06.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша Дружба вязкая на молоке (п)	210	36,72	237
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком (п)	180	15,82	107
Обед			
Суп с рыбными консервами (сайра)	200	11,47	134
Тефтели мясные (2-й вариант)	120	10,34	155
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с кабачками, с соусом томатным)	160	14,91	172
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		254,97	1737

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,22	58,09	254,97	0,72	0,88	26,24	168,20	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
439,89	835,23	275,41	27,02

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

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 22.06.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Кофейный напиток	180	14,36	91
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Каша вязкая манная молочная	210	43,52	288
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	210	7,12	79
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	27,25	171
Сосиски отварные	55	0,45	148
Икра кабачковая	20	1,29	13
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Ряженка	180	7,56	92
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Чай с лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		224,78	1749

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
57,07	57,55	224,78	0,70	1,03	19,62	192,16	0,01

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
760,17	1056,83	216,43	9,37

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

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 23.06.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Чай с молоком	180	14,31	89
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Каша молочная жидкая "Геркулес"	210	33,29	265
Обед			
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Капуста тушеная	130	12,46	104
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Фрикадельки из птицы	80	7,70	163
Полдник			
Печенье	30	15,50	104
Сок фруктовый	150	19,05	79
Яблоки	120	11,76	53
Первый ужин			
Пудинг из творога с рисом	120	22,72	269
Кисель из красной смородины	180	24,15	98
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Весь рацион питания: 134,00		240,78	1711

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
59,89	56,47	240,78

Витамины в милиграммах

B1	B2	C	A	E
0,75	0,97	71,07	200,22	0,14

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
738,24	898,15	235,82	25,44

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

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 24.06.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	210	41,25	279
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	180	15,82	107
Обед			
Борщ с фасолью и картофелем	200	11,62	95
Запеканка картофельная с мясом	160	25,70	237
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Компот из яблок	180	21,49	88
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Кисломолочный продукт "Снежок"	180	19,80	140
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	160	24,22	233
Чай с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		241,09	1660

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,17	52,96	241,09	0,88	0,86	14,18	218,78	0,04

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
594,30	985,66	219,47	11,38

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

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 25.06.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Кофейный напиток	180	14,36	91
Каша гречневая молочная вязкая	210	40,85	294
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Суп картофельный с крупой пшенной	200	14,93	86
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	8,59	136
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с лимоном	180	9,18	37
Весь рацион питания: 134,00		220,74	1543

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,46	45,53	220,74	0,85	1,16	26,00	216,80	0,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
623,56	1025,01	291,63	26,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.