

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 24.03.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец соленый	30	0,09	1
Щи из свежей капусты , картофелем и сметаной	180	6,25	83
Шницели рубленные*	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	53
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Картофель тушеный	180	27,95	228
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		235,10	1623

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
42,75	55,16	235,10	1,13	0,74	101,12	128,59	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
367,33	704,26	288,83	11,76				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

