

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 25.09.2025 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	210	43,52	288
Кофейный напиток молочный с сахаром	200	15,96	101
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец свежий	50	1,21	7
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	200/5/1	9,92	85
Бефстроганов из печени (г)	80	2,56	184
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	38,68	244
Компот из смеси сухофруктов	200	27,77	113
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	40	13,36	70
Уплотненный полдник			
Суфле из рыбы (м)	80	3,25	120
Картофель отварной с маслом сливочным	140	21,48	133
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Крендель сахарный	60	33,44	222
Весь рацион питания:		271,36	1909

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
67,52	61,43	271,36	1,04	1,12	93,86	320,88	0,08
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
655,26	1159,23	350,88	25,89				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

