

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 26.05.2026 (вторник)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным		160	24,16	175	
Чай черный с молоком и сахаром		150	11,93	74	
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,62	136	
<b>Второй завтрак</b>					
Кисломолочный напиток "Ряженка"		100	4,20	51	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
<b>Обед</b>					
Свекла отварная		30	4,18	47	
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)		150	9,14	71	
Запеканка из печени с соусом сметанным		60/40	9,95	146	
Пюре картофельное		120	16,35	110	
Напиток из плодов шиповника		150	15,56	66	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Хлеб ржаной		20	6,68	35	
<b>Уплотненный полдник</b>					
Булочка российская		80	44,41	257	
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным		160	15,07	150	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Чай черный с сахаром		150	7,88	32	
Весь рацион питания:		210,00	1465	214,86	1500

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
43,71	44,05	214,86	0,80	0,72	107,26	110,84	1,90
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
641,62	736,44	182,13	36,44				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.