

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 26.05.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Компот из смеси сухофруктов	100	13,88	57
Обед			
Огурец свежий	20	0,49	3
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Фрикадельки мясные в соусе томатном (х*)	40/40	6,96	139
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	60	32,35	215
Сок фруктовый	190	24,13	100
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	250
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	200	11,05	44
Хлеб пшеничный	50	24,17	118
Весь рацион питания: 210,00		269,90	1804

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,06	56,60	269,90	0,86	0,67	45,41	110,06	0,30
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
353,23	632,56	271,30	18,98				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А. .