

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 19.04.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	120
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Компот из кураги	180	24,39	102
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	153
Чай черный со смородиной черной и сахаром	180	9,95	40
Первый ужин			
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		220,46	1775

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
61,63	56,59	220,46	0,76	0,99	83,95	281,78	1,33
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
690,44	1162,97	284,68	10,96				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А.

