



МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 03.05.2024 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91	
Второй завтрак				
Чай черный со смородиной черной и сахаром	100	5,53	22	
Обед				
Салат из свеклы	30	2,51	28	
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69	
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Котлеты рубленые из птицы с соусом	60/20	7,89	196	
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	182	
Полдник				
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
Первый ужин				
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Весь рацион питания:		179,00	259,26	1802

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,78	61,79	259,26	0,50	0,71	110,64	282,47	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
622,61	773,21	211,55	23,08				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. _____

