

МБДОУ «Детский сад № 2» г.о. Самара

М Е Н Ю

На 22.04.2024  
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>				
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,19	182	
Чай черный с сахаром	180	9,46	38	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136	
<b>Второй завтрак</b>				
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44	
<b>Обед</b>				
Салат из картофеля с солеными огурцами	30	2,57	26	
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69	
Шницели рубленые	60	9,64	139	
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210	
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
<b>Полдник</b>				
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181	
Сок фруктовый	160	20,32	84	
<b>Первый ужин</b>				
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49	
Весь рацион питания:		179,00	247,66	1668

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
51,77	52,26	247,66	1,09	0,59	84,72	168,63	0,18
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
451,95	749,84	210,13	25,36				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. \_\_\_\_\_

