

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 24.04.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток лимонный	100	15,06	61
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Суп картофельный с мучными клецками на курином бульоне	180	7,95	90
Котлеты рубленые из птицы с соусом (ф)	60/20	7,89	196
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	160	17,60	125
Печенье	40	29,76	167
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	16,77	193
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 179,00		250,23	1795

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
48,61	62,47	250,23	0,76	0,78	39,72	187,44	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
502,25	576,58	122,81	7,64				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

