

Детский сад №67

М Е Н Ю

На 07.07.2022 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>			
Каша гречневая молочная вязкая	200	38,91	280
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
<b>Обед</b>			
Щи из свежей капусты с картофелем	200	6,78	75
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из изюма	180	24,99	102
Макаронные изделия отварные с маслом	130	22,86	143
Бефстроганов из печени (к)	120	3,20	230
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	30	1,42	24
<b>Полдник</b>			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Фрукты	140	11,29	60
<b>Первый ужин</b>			
Картофель, запеченный в сметанном соусе	180	23,23	176
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
<b>Весь рацион питания: 151,00</b>		<b>254,30</b>	<b>1773</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,53	58,11	254,30	0,95	0,84	129,41	172,17	0,13
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
545,62	791,56	279,62	15,42				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.



ОО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Детский сад №67

Детский сад №67

М Е Н Ю

На 06.07.2022 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная жидкая	200	30,20	219
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	180	15,82	107
Обед			
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Салат овощной с яблоками и свеклой	30	2,19	11
Полдник			
Ватрушка с повидлом	50	31,51	159
Ряженка	180	7,56	92
Первый ужин			
Тефтели рыбные с томатным соусом	80	6,40	110
Каша рассыпчатая перловая	130	27,46	159
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 151,00		232,10	1552

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
87,72	45,68	232,10	1,07	0,87	22,04	147,44	2,29
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
735,88	1167,69	234,44	23,10				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

Детский сад №67

М Е Н Ю

На 05.07.2022 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	180	14,36	91
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	9,41	83
Каша вязкая рисовая	130	19,19	114
Фрикадельки мясные в соусе	100	7,47	137
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Огурец свежий	20	0,49	3
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Чай с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой)	120	42,40	438
Молоко сгущенное	15	0,94	54
Кисель из ягодной смеси	180	27,50	113
Весь рацион питания: 151,00		256,30	1856

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
62,84	60,09	256,30	0,45	0,92	104,50	242,16	0,14	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
620,31	988,63	175,81	7,49					

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтямова В. А.

