

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 12.08.2025 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным	180	16,96	131
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с сыром	30/10	19,39	180
Второй завтрак			
Кисломолочный напиток "Ряженка"	100	4,20	51
Обед			
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	30	2,59	26
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Сосиски отварные	50	0,45	148
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Рис отварной с овощами	200	42,17	279
Чай черный с сахаром и лимоном	200	10,20	58
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Печенье	40	29,76	167
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		265,42	1845

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,71	59,36	265,42	0,68	0,94	38,12	165,38	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
701,17	917,56	216,05	21,95				

Директор

М



(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 11.08.2025
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Салат из моркови с яблоками	30	2,59	12
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Шницели рубленые*	60	8,97	183
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	28,91	210
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	68
Хлеб пшеничный	30	14,50	71
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	80	43,14	286
Огурец соленый	20	0,34	2
Картофель тушеный	160	24,84	211
Чай черный со свежей ягодой и сахаром	180	9,95	40
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Молочный коктейль	200	32,70	214
Весь рацион питания: 210,00		271,79	1895

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,94	65,84	271,79	1,14	0,71	51,07	127,24	0,09
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
378,96	749,83	301,17	11,66				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

