

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 30.04.2026 (четверг)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным		160	33,16	219	
Кофейный напиток молочный с сахаром		150	11,97	76	
Бутерброд с сыром		30/10	19,39	180	
Второй завтрак					
Напиток из плодов шиповника		100	10,37	44	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком		30	2,93	30	
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)		150	7,22	62	
Мясо индейки в соусе		80	2,88	163	
Каша рисовая с маслом сливочным		120	17,71	106	
Компот из смеси сухофруктов		150	20,83	85	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Хлеб ржаной		20	6,68	35	
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы (гф)		60	2,44	90	
Картофель отварной с маслом сливочным		120	18,41	114	
Чай черный с сахаром и лимоном		150	7,12	45	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Пряники		50	34,15	170	
Весь рацион питания:		210,00	1435	225,99	1569

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах				
			В1	В2	С	А	Е
51,84	50,19	225,99	0,66	0,83	82,49	300,50	1,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мg	Fe
628,59	1049,29	233,43	21,26

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 30.04.2026 (четверг)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным		160	33,16	219	
Кофейный напиток молочный с сахаром		150	11,97	76	
Бутерброд с сыром		30/10	19,39	180	
Второй завтрак					
Напиток из плодов шиповника		100	10,37	44	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком		30	2,93	30	
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)		150	7,22	62	
Мясо индейки в соусе		80	2,88	163	
Каша рисовая с маслом сливочным		120	17,71	106	
Компот из смеси сухофруктов		150	20,83	85	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Хлеб ржаной		20	6,68	35	
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы (гф)		60	2,44	90	
Картофель отварной с маслом сливочным		120	18,41	114	
Чай черный с сахаром и лимоном		150	7,12	45	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Пряники		50	34,15	170	
Весь рацион питания:		210,00	1435	225,99	1569

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
51,84	50,19	225,99	0,66	0,83	82,49	300,50	1,45
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
628,59	1049,29	233,43	21,26				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 30.04.2026 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным		200	41,45	274	
Кофейный напиток молочный с сахаром		200	15,96	101	
Бутерброд с сыром		30/10	19,39	180	
Второй завтрак					
Напиток из плодов шиповника		100	10,37	44	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком		50	4,89	50	
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)		200	9,63	83	
Мясо индейки в соусе		80	2,88	163	
Каша рисовая с маслом сливочным		150	22,14	132	
Компот из смеси сухофруктов		200	27,77	113	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Хлеб ржаной		40	13,36	70	
Уплотненный полдник					
Суфле из рыбы (гф)		60	2,44	90	
Картофель отварной с маслом сливочным		150	23,01	143	
Чай черный с сахаром и лимоном		200/8/7	10,20	65	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Пряники		50	34,15	170	
Весь рацион питания:		210,00	1800	273,20	1852

Для всего меню

В граммах

Белки

58,45

Жиры

56,52

Углеводы

273,20

Витамины в миллиграммах

B1

0,81

B2

0,99

C

93,05

A

320,82

E

1,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca

734,72

P

1187,00

Mg

270,93

Fe

26,98

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

М



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 04.05.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)		200	29,90	201	
Чай черный с сахаром		200	10,51	42	
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,62	136	
Второй завтрак					
Сок фруктовый		100	12,70	53	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Икра кабачковая		50	3,22	45	
Суп картофельный с горохом		200	13,05	107	
Фрикадельки мясные в соусе томатном*		60/40	13,33	226	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150	32,74	188	
Компот из смеси сухофруктов		200	27,77	113	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Хлеб ржаной		40	13,36	70	
Уплотненный полдник					
Булочка "Домашняя"		60	32,35	215	
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром		180	23,23	225	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Чай черный с сахаром и лимоном		200/8/7	10,20	65	
Весь рацион питания:		210,00	1800	272,54	1860

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,91	60,99	272,54	0,80	0,57	21,89	122,53	0,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
360,71	786,63	215,54	26,86				



Директор
Зав. производства
Шеф-повар

(Михалев А. И.)
Алферова А. С.

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 04.05.2026
(понедельник)

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)		160	23,92	161	
Чай черный с сахаром		150	7,88	32	
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,62	136	
Второй завтрак					
Сок фруктовый		100	12,70	53	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
Обед					
Икра кабачковая		30	1,93	27	
Суп картофельный с горохом		150	9,79	80	
Фрикадельки мясные в соусе томатном*		60/40	13,33	226	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		120	26,19	150	
Компот из смеси сухофруктов		150	20,83	85	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Хлеб ржаной		20	6,68	35	
Уплотненный полдник					
Булочка "Домашняя"		60	32,35	215	
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром		160	20,65	200	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Чай черный с сахаром и лимоном		150	7,12	45	
Весь рацион питания:		210,00	1445	228,72	1595

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
39,80	55,22	228,72	0,65	0,49	17,56	113,80	0,16
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
301,87	671,54	177,96	21,32				

Директор
Зав. производства
Шеф-повар

М



(Михалев А. И.)
Алферова А. С.