

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 09.06.2026 (вторник)

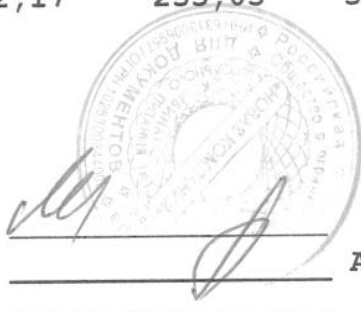
Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным		200	30,20	219	
Чай черный с молоком и сахаром		200	15,90	99	
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,62	136	
<b>Второй завтрак</b>					
Кисломолочный напиток "Ряженка"		100	4,20	51	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
<b>Обед</b>					
Свекла отварная		50	6,97	78	
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)		200	12,19	95	
Запеканка из печени с соусом сметанным		60/40	9,95	146	
Пюре картофельное		150	20,44	137	
Напиток из плодов шиповника		200	20,74	88	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Хлеб ржаной		40	13,36	70	
<b>Уплотненный полдник</b>					
Булочка российская		80	44,41	257	
Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным		200	18,84	187	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Чай черный с сахаром		200	10,51	42	
Весь рацион питания:		210,00	1835	262,73	1803

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,61	51,94	262,73	0,98	0,90	141,04	129,52	1,92
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
785,70	932,17	233,05	38,87				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 10.06.2026 (среда)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>					
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным		200	31,71	252	
Какао с молоком и сахаром		200	17,58	119	
Бутерброды с повидлом		55	27,56	156	
<b>Второй завтрак</b>					
Компот из смеси сухофруктов		100	13,88	57	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов с луком		50	1,19	34	
Суп картофельный с крупой пшенной		200	13,72	84	
Капуста тушеная		150	15,01	129	
Котлеты рубленые из курицы (ф)		60	9,58	164	
Чай черный со свежей ягодой и сахаром		200	11,05	54	
Хлеб пшеничный		30	14,50	71	
Хлеб ржаной		40	13,36	70	
<b>Уплотненный полдник</b>					
Запеканка из творога (с рисом)		150	49,86	303	
Соус молочный (сладкий)		30	3,98	30	
Кисель из смеси свежих ягод		200	30,56	125	
Хлеб пшеничный		20	9,67	47	
Фрукт свежий		100	8,07	63	
Весь рацион питания:		210,00	1800	282,67	1814

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
53,02	41,98	282,67

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,80	1,02	110,75	241,68	0,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
809,11	1127,41	361,49	19,33

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 15.06.2026  
(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.

МБДОУ "Детский сад №67" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 11.06.2026 (четверг)

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
<b>Первый завтрак</b>					
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	
<b>Второй завтрак</b>					
Напиток из плодов шиповника		100	10,37	44	
Гренки из пшеничного хлеба		15	11,40	56	
<b>Обед</b>					
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	
<b>Уплотненный полдник</b>					
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			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
58,45	56,52	273,20	0,81	0,99	93,05	320,82	1,45
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
734,72	1187,00	270,93	26,98				

Директор \_\_\_\_\_  
Зав. производства \_\_\_\_\_  
Шеф-повар \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.

