

Детский сад №67

М Е Н Ю

На 08.05.2024 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток лимонный	100	15,06	61
Обед			
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	12,34	76
Фрикадельки из птицы	60	5,78	123
Капуста тушеная	130	12,46	104
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Винегрет с луком репчатым	50	4,22	47
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Омлет натуральный	100	1,78	185
Весь рацион питания: 179,00		218,08	1560

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
45,20	56,78	218,08	0,80	1,49	56,44	644,26	0,10
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
684,21	1061,38	227,29	26,60				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.



Детский сад №67

М Е Н Ю

На 07.05.2024 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак				
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227	
Бутерброд с маслом сливочным	40	14,62	136	
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107	
Второй завтрак				
Чай черный со смородиной черной и сахаром	100	5,53	22	
Обед				
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,78	18	
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	123	
Жаркое по-домашнему	160	16,00	267	
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79	
Хлеб пшеничный	20	9,67	47	
Хлеб ржаной	30	10,02	52	
Полдник				
Булочка российская	50	27,76	161	
Кисломолочный продукт "Ряженка"	160	6,72	82	
Первый ужин				
Рис отварной с овощами	180	37,95	251	
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37	
Хлеб пшеничный	30	14,50	70	
Весь рацион питания:		179,00	227,50	1679

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,34	56,46	227,50	1,00	1,15	113,66	150,53	0,04
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
726,92	1156,46	314,97	11,20				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.

