ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 01.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	56
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	110	10,78	48
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		233,18	1620

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,88	42,75	233,18	0,67	0,86	30,06	209,62	2,19

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
518,12	896,77	203,12	12,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 01.03.2023 (первая)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	110	10,78	48
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		233,18	1620

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,88	42,75	233,18	0,67	0,86	30,06	209,62	2,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
518,12	896,77	203,12	12,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 02.03.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	129
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		273,05	1890

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,58	59,29	273,05	0,81	1,06	76,46	182,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
629,49	808,68	194,45	24,47

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 02.03.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	129
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		273,05	1890

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,58	59,29	273,05	0,81	1,06	76,46	182,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
629,49	808,68	194,45	24,47

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ г.о.Самара (ясли)

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 03.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		209,43	1562

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,16	53,49	209,43	0,95	1,17	49,83	171,08	0,28

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
587,69	687,83	178,31	9,37

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 03.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		209,43	1562

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,16	53,49	209,43	0,95	1,17	49,83	171,08	0,28

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
587,69	687,83	178,31	9,37

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 06.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Суфле куриное (ф)	55	1,73	122
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	196
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		249,81	1594

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
41,86	47,37	249,81	0,97	0,92	84,31	304,07	0,09

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
351,02	846,59	208,46	26,54

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 06.03.2023 (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Сосиски отварные	50	0,45	148
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	196
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		248,53	1620

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
38,30	52,44	248,53	0,97	0,71	84,29	136,39	0,09

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
323,02	686,82	194,14	25,05

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 07.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Фрикадельки мясные в соусе	100	7,47	137
Огурец свежий	20	0,49	3
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой)	120	42,40	438
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		282,50	1923

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
64,70	59,04	282,50	0,66	1,01	22,18	289,71	0,18

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
661,81	1221,48	279,49	25,00

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 07.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Фрикадельки мясные в соусе	100	7,47	137
Огурец свежий	20	0,49	13
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой)	120	42,40	438
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		282,50	1923

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
64,70	59,04	282,50	0,66	1,01	22,18	289,71	0,18

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
661,81	1221,48	279,49	25,00

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 09.03.2023 (четверг)

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 и маслом сливочным	45	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		239,59	1570

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
86,20	44,77	239,59	0,91	1,08	106,10	298,32	0,13

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
718,25	1258,03	276,67	15,08

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 09.03.2023 (четверг)

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 и маслом сливочным	45	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		239,59	1570

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
86,20	44,77	239,59	0,91	1,08	106,10	298,32	0,13

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
718,25	1258,03	276,67	15,08

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о. Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 10.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Яблоки	100	9,80	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	98
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Кефир	160	5,76	72
Первый ужин			
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		210,20	1747

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,35	59,77	210,20	0,81	1,39	24,31	329,10	1,15

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
668,51	1171,63	212,34	13,33

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 10.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Яблоки	100	9,80	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	98
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Кефир	160	5,76	72
Первый ужин			
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		210,20	1747

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,35	59,77	210,20	0,81	1,39	24,31	329,10	1,15

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
668,51	1171,63	212,34	13,33

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 13.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат с кукурузой консервированной	30	2,93	28
Суп картофельный с крупой пшенной на курином бульоне	180	13,44	77
Шницели рубленые	80	12,85	185
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	16,29	179
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	160	14,91	171
Яйцо вареное	20	0,01	32
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,90	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
74,56	48,96	232,90	1,11	0,82	48,26	207,40	0,32

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
367,57	749,05	195,26	25,20

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 13.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат с кукурузой консервированной	30	2,93	28
Суп картофельный с крупой пшенной на курином бульоне	180	13,44	77
Шницели рубленые	80	12,85	185
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	16,29	179
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	160	14,91	171
Яйцо вареное	20	0,01	32
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		232,90	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
74,56	48,96	232,90	1,11	0,82	48,26	207,40	0,32

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
367,57	749,05	195,26	25,20

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Антамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 14.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,19	182
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/10/5	19,39	180
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Оладьи из печени (г)	50	6,30	192
Соус сметанный	20	0,12	1
Полдник			
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из вишни	180	24,15	98
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		242,87	1750

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,70	55,20	242,87	0,66	0,79	134,64	187,79	4,43

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
674,71	1041,76	176,63	14,37

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 14.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,19	182
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/10/5	19,39	180
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Оладьи из печени (г)	50	6,30	192
Соус сметанный	20	0,12	1
Полдник			
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из вишни	180	24,15	98
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		242,87	1750

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,70	55,20	242,87	0,66	0,79	134,64	187,79	4,43

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
674,71	1041,76	176,63	14,37

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 15.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	130	12,74	57
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		237,59	1657

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
50,35	44,65	237,59	0,68	0,87	34,83	209,62	2,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
535,26	915,00	213,20	13,70

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 15.03.2023 (Среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Сок фруктовый	100	12,70	53
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	130	12,74	57
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		237,59	1657

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
50,35	44,65	237,59	0,68	0,87	34,83	209,62	2,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
535,26	915,00	213,20	13,70

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 16.03.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	129
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		273,05	1890

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,58	59,29	273,05	0,81	1,06	76,46	182,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
629,49	808,68	194,45	24,47

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 16.03.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	129
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		273,05	1890

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,58	59,29	273,05	0,81	1,06	76,46	182,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
629,49	808,68	194,45	24,47

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 17.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из горошка зеленого консервированного	30	1,88	25
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		208,80	1559

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
60,63	53,21	208,80

Витамины в милиграммах

B1	B2	C	A	E
1,20	1,20	50,28	171,38	2,18

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
592,66	786,11	196,45	9,38

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 17.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из горошка зеленого консервированного	30	1,88	25
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	87
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		208,80	1559

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,63	53,21	208,80	1,20	1,20	50,28	171,38	2,18

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
592,66	786,11	196,45	9,38

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 20.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Суфле куриное (ф)	55	1,73	122
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	196
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		249,81	1594

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
41,86	47,37	249,81	0,97	0,92	84,31	304,07	0,09

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
351,02	846,59	208,46	26,54

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 20.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	31,47	203
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Икра кабачковая	30	1,93	20
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	180	11,75	96
Сосиски отварные	50	0,45	148
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Напиток из свежей ягоды (вишня)	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	25,81	196
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		248,53	1620

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
38,30	52,44	248,53	0,97	0,71	84,29	136,39	0,09

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
323,02	686,82	194,14	25,05

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 21.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Фрикадельки мясные в соусе	100	7,47	137
Огурец свежий	20	0,49	3
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой)	120	42,40	438
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		282,50	1923

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
64,70	59,04	282,50	0,66	1,01	22,18	289,71	0,18

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
661,81	1221,48	279,49	25,00

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 21.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	35,01	252
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Фрикадельки мясные в соусе	100	7,47	137
Огурец свежий	20	0,49	13
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой)	120	42,40	438
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из смеси свежих ягод	180	27,50	113
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		282,50	1923

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
64,70	59,04	282,50	0,66	1,01	22,18	289,71	0,18

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
661,81	1221,48	279,49	25,00

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 22.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Капуста тушеная	130	12,46	104
Котлеты рубленые из курицы	60	9,98	164
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	149
Кисломолочный продукт "Ряженка"	160	6,72	82
Первый ужин			
Яблоки	120	11,76	53
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Горошек зеленый консервированный	20	1,25	17
Весь рацион питания: 179,00		219,36	1662

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,74	62,70	219,36	0,83	1,77	149,07	635,29	0,82

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
878,75	1299,02	245,63	15,79

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 22.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат картофельный с кукурузой	30	2,93	28
Суп с рыбными консервами (сельдь)	180	10,32	121
Капуста тушеная	130	12,46	104
Котлеты рубленые из курицы	60	9,98	164
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	27,32	149
Кисломолочный продукт "Ряженка"	160	6,72	82
Первый ужин			
Яблоки	120	11,76	53
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Горошек зеленый консервированный	20	1,25	17
Весь рацион питания: 179,00		219,36	1662

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,74	62,70	219,36	0,83	1,77	149,07	635,29	0,82

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
878,75	1299,02	245,63	15,79

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 23.03.2023 (четверг)

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 маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		234,82	1526

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
81,97	43,87	234,82	0,89	1,03	105,99	279,32	0,13

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
585,15	1175,83	268,07	14,74

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 23.03.2023 (четверг)

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 маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из свеклы с яблоками	30	3,43	29
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	130	27,46	159
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Суфле из рыбы (м)	60	2,44	90
Картофель отварной с маслом сливочным	130	19,95	124
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Весь рацион питания: 179,00		234,82	1526

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
81,97	43,87	234,82	0,89	1,03	105,99	279,32	0,13

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
585,15	1175,83	268,07	14,74

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 24.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	120
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Кефир	160	5,76	72
Первый ужин			
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		211,05	1770

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,24	59,51	211,05	0,78	1,40	61,97	329,10	1,15

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
658,09	1159,21	202,92	11,10

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 24.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	34,40	246
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Суп из овощей на курином бульоне	180	8,14	120
Компот из яблок и вишни	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Плов из птицы (ф)	160	26,76	304
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Кефир	160	5,76	72
Первый ужин			
Пудинг из творога (запеченный)	120	29,19	306
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		211,05	1770

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,24	59,51	211,05	0,78	1,40	61,97	329,10	1,15

Минеральные вещества в миллиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
658,09	1159,21	202,92	11,10

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 27.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Лук репчатый	8	0,66	3
Суп картофельный с крупой пшенной на курином бульоне	180	13,44	104
Шницели рубленые	60	9,64	139
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	16,29	179
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Напиток из черной смородины	180	11,70	49
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	160	14,91	171
Яйцо вареное	20	0,01	32
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		220,12	1554

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
70,57	45,23	220,12	1,06	0,72	93,33	201,13	0,36

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
357,55	700,48	188,19	22,48

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 27.03.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным (п)	180	26,91	181
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Лук репчатый	8	0,66	3
Суп картофельный с крупой пшенной на курином бульоне	180	13,44	104
Шницели рубленые	60	9,64	139
Горошница (гороховое пюре) с маслом сливочным	130	16,29	179
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Напиток из черной смородины	180	11,70	49
Первый ужин			
Рагу из овощей (с соусом томатным)	160	14,91	171
Яйцо вареное	20	0,01	32
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		220,12	1554

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
70,57	45,23	220,12	1,06	0,72	93,33	201,13	0,36

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
357,55	700,48	188,19	22,48

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 28.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,19	182
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/10/5	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Оладьи из печени (г)	50	6,30	192
Соус сметанный	20	0,12	1
Полдник			
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из вишни	180	24,15	98
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		236,67	1724

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,30	55,25	236,67	0,65	0,75	138,39	187,79	4,48

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
675,01	1037,66	176,23	13,12

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о. Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 28.03.2023 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	26,19	182
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/10/5	19,39	180
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Огурец соленый	20	0,06	0
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	8,46	75
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	22,86	143
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Оладьи из печени (г)	50	6,30	192
Соус сметанный	20	0,12	1
Полдник			
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Первый ужин			
Запеканка из творога	120	20,58	296
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из вишни	180	24,15	98
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		236,67	1724

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
66,30	55,25	236,67	0,65	0,75	138,39	187,79	4,48

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
675,01	1037,66	176,23	13,12

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 29.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		230,41	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,91	44,66	230,41	0,67	0,83	37,58	209,62	2,24

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
533,74	909,65	211,77	12,20

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 29.03.2023 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	180	37,30	247
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Какао с молоком и сахаром	180	15,82	107
Второй завтрак			
Напиток из черной смородины	100	6,50	27
Обед			
Салат из свеклы	30	2,51	28
Суп картофельный с мучными клецками	180	7,95	57
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Первый ужин			
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	80	6,40	110
Рис отварной с маслом сливочным	130	30,21	173
Чай черный с сахаром	180	9,46	38
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		230,41	1627

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,91	44,66	230,41	0,67	0,83	37,58	209,62	2,24

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
533,74	909,65	211,77	12,20

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 30.03.2023 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Апельсин	100	2,20	43
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	146
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	37,20	209
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		276,24	1941

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,65	58,09	276,24	0,85	1,06	86,46	187,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
633,32	851,98	202,75	25,21

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 30.03.2023(четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша "Геркулес" молочная с сахаром и маслом сливочным	180	28,53	227
Чай черный с молоком и сахаром	180	14,31	89
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Апельсин	100	2,20	43
Обед			
Винегрет с луком репчатым	30	2,53	28
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	180	6,22	69
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	33,52	211
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Тефтели мясные в соусе (2-й вариант)	100	8,62	146
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Печенье	50	37,20	209
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Молоко сгущенное	20	1,25	71
Напиток из яблок с вишней	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		276,24	1941

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,65	58,09	276,24	0,85	1,06	86,46	187,49	0,00

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
633,32	851,98	202,75	25,21

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтямянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
МБОУ г.о.Самара (ясли)

МБОУ г.о.Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 31.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из горошка зеленого консервированного	30	1,88	25
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	113
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		212,67	1602

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,87	53,30	212,67	1,20	1,23	92,53	171,38	2,13

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
596,03	784,91	194,55	9,55

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №208"
г.о.Самара

МБДОУ "Детский сад №208" г.о.Самара

М Е Н Ю

На 31.03.2023 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	180	27,18	197
Кофейный напиток молочный с сахаром	180	14,36	91
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	14,62	136
Второй завтрак			
Напиток из плодов шиповника	100	10,37	44
Обед			
Салат из горошка зеленого консервированного	30	1,88	25
Рассольник ленинградский на курином бульоне (с перловой крупой со сметаной)	180	10,97	113
Пюре картофельное	130	17,72	119
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	3,86	141
Напиток из ягодной смеси	180	11,70	49
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Варенец	180	6,48	81
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	180	27,24	262
Чай черный с сахаром и лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 179,00		212,67	1602

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,87	53,30	212,67	1,20	1,23	92,53	171,38	2,13

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
596,03	784,91	194,55	9,55

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.