

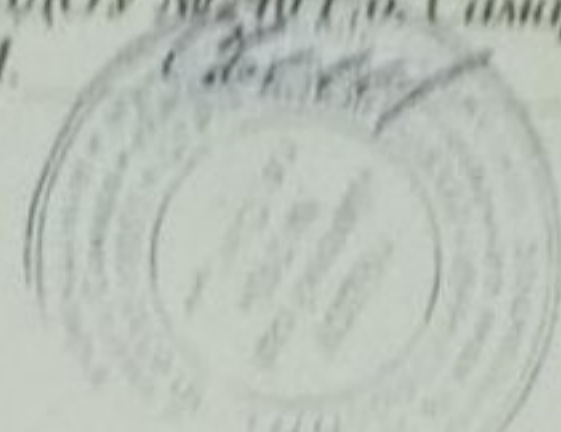
СТОИМОСТЬ ДНЯ - 179 руб

Заведующий МБДОУ №240 Г.о. Самара  
Савицкая Н.И.

**МЕНЮ**

Дата 28.10.

2011 г

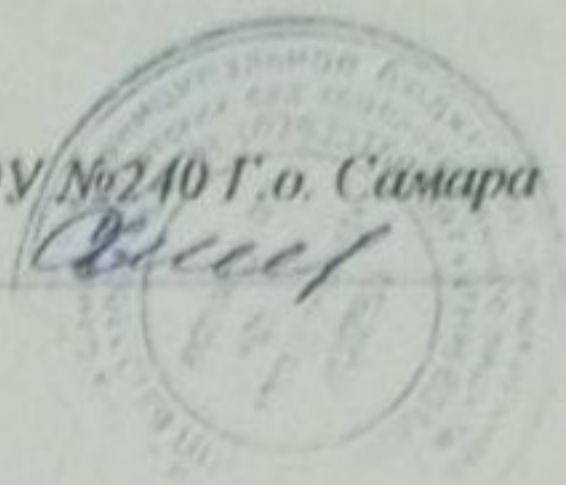


Категория: Дети (с 3 до 7 лет)  
Меню на 2 недели понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Пых од блю да (г)	Эн. Ц (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	В	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Омлет натуральный с маслом	120	175	12,9	13,9	2,1	0,1	0,2	214,8	0	58,8	30,1	30	3
Салат из горошка зеленого консервированного	30	15	0,7	0,4	1	0	1,9	0,1	0,6	6,6	41	9,4	0,1
Чай с молоком	180	67	2,0	1,7	10,7	0	0,9	13,8	0	83,7	62	9,8	0,6
Бутерброд с маслом	135	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
<b>Второй завтрак</b>													
Сок фруктовый	100	105	1	0	25	0,4	8	0	0	39	35,9	19,5	0,4
<b>Обед</b>													
Огурец соленый	30	23	0,5	0	2,4	0	2,4	0	0	8,3	0	0	0,3
Суп «Полевой»	150	72	1,6	1,7	12,4	0,1	4,4	0	0	16,7	55,6	22	0,8
Тефтели из птицы «Ежики»	50	113	5,8	7	8	0,1	0,2	22,8	0	36,6	175	18	1,1
Соус сметанный с томатом	30	30	0,5	1,3	3,8	0	0,1	8,40	0	18,7	15,2	2,3	0,3
Капуста тушеная	150	220	3,3	14	19,1	0,9	11,7	0	0	43,5	0	0	1
Компот из сухих фруктов	150	85	0,3	0	20,8	0,3	0,3	0	0	18	11,5	4,4	11,5
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
Хлеб ржаной	40	42	1,3	0,2	6,6	0	0	0	0	3,6	18,4	4	0,5
<b>Уплотнённый полдник</b>													
Гренки с сыром	50	224	7,92	8,01	29,96	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	220	265	9,4	10,4	33,2	0,1	2,5	57	0	242,9	275	67,2	1,1
Чай с сахаром	180	34	0	0	4	0	0	0	0	0,2	0	0	0
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
<b>Всего за день</b>	<b>1540</b>	<b>1770</b>	<b>54,02</b>	<b>66,71</b>	<b>219,46</b>	<b>2</b>	<b>32,6</b>	<b>356,9</b>	<b>0,6</b>	<b>606</b>	<b>1051,8</b>	<b>192,3</b>	<b>22,9</b>

СТОИМОСТЬ ДНЯ-179 руб

Заведующий МБДОУ №240 Г.о. Самара  
Свищева Н.И.



**МЕНЮ**

Дата 29.10 2020 г

Категория: Ясли (с 3 до 7 лет)  
Меню на 2 неделю вторник

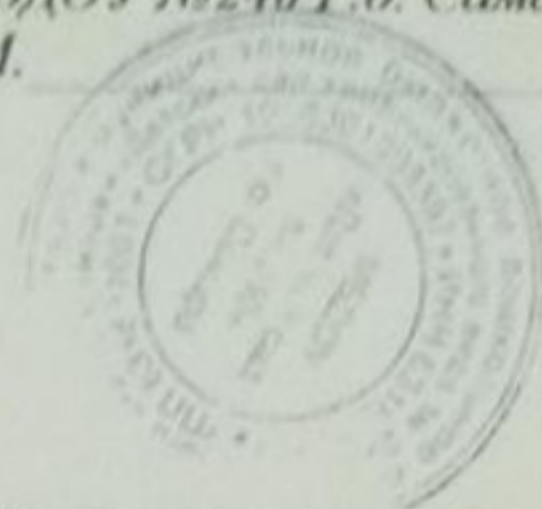
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Эн. ц (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>														
Каша манная «Солнышко»	150	197	7	7	26	0,1	3	287	0,5	189	163,8	30,1	0,5	
Какао с молоком	180	89	3	2	13,1	0	1,1	18,3	0	113,3	94,3	19,9	0,4	
Бутерброд с маслом	15/5	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6	
Сыр (порциями)	15	80	16,2	7,1	12,4	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Второй завтрак</b>														
Фрукты и ягоды свежие	100	64	0,5	0	14	0,4	7	0	0	26	22	16,8	3,2	
<b>Обед</b>														
Салат из кукурузы консервированной	30	13	0,1	1,1	0,5	0	3,4	0	0	4,8	0	0	0,1	
Солянка «Домашняя» с мясными продуктами	144/6	117	5,7	5,6	9,5	0,1	6	18	0	24,4	107,2	29,2	0,7	
Котлеты рубленые из птицы	50	132	8,8	6,7	9,8	0,4	0	17,9	0	28,8	174,5	18,9	1,2	
Макаронные изделия отварные	130	148	4,9	3,7	23,6	0	0	17	0	9,6	40,8	7,2	0,7	
Соус сметанный с томатом	30	30	0,5	1,3	3,8	0	0,1	8,40	0	18,7	15,2	2,3	0,3	
Компот из свежемороженых ягод	150	74	0,2	0	18	0	1,9	0	0,1	12,1	9,5	8,2	0,1	
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5	
Хлеб ржаной	40	42	1,3	0,2	6,6	0	0	0	0	3,6	18,4	4	0,5	
<b>Уплотнённый полдник</b>														
Булочка "Любимая" с творогом	50	140	6,6	3,4	20,7	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кулеш из круп молочный (пшеничный)	220	200	7	8	24	0,18	2	51	0,2	209,9	219,7	62,8	1,5	
Кисель	180	89	0,2	0	21	0	2	0	0,2	14,6	11,4	9,8	0,1	
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5	
<b>Всего за день</b>	<b>1535</b>	<b>1715</b>	<b>68,8</b>	<b>54,2</b>	<b>243,4</b>	<b>1,18</b>	<b>26,5</b>	<b>437,6</b>	<b>1</b>	<b>674,9</b>	<b>924,8</b>	<b>232,3</b>	<b>10,9</b>	

МЕНЮ

Дата

30.10

2024 г.



Категория: Ясли(с 3 до 7 лет)  
Меню на 2 неделю среда

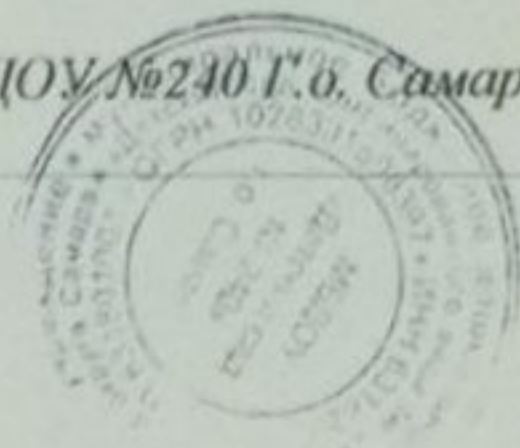
Прием наименование блюда	Выход блюда (г)	Эн. ц (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Суп молочный с крупой (геркулес)	150	133	5	6	15	0,1 1	2	35	0,1	171	161,7	40,6	0,8
Чай с лимоном	18 0	34	0,1	0	8	0	2,1	0	0	2,9	1,4	0,8	0
Бутерброд с маслом	15/5	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
<b>Второй завтрак</b>													
Кисломолочный напиток	100	10 1	5	4	8	0	0	39,9	0	247	183,4	27,3	0,2
<b>Обед</b>													
Икра свекольная	30	16	0,2	0,9	1,5	0	6,2	0	0	10,7	6,1	3,2	0,1
Суп с клецками	144/ 6	58	1,4	2,2	8	0	3,8	13,1	0	28,5	54,4	16,7	0,7
Гуляш из отварного мяса	70	185	12	9	12,3	0,6	0,2	25	0	34	178	22,2	1
Каша рассыпчатая (греча)	110	243	8,1	6,1	38,6	0,2	0	20	0	16,5	210,4	140	4,2
Компот из сухих фруктов	150	85	0,3	0	20,8	0,3	0,3	0	0	18	11,5	4,4	11,5
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
Хлеб ржаной	40	42	1,3	0,2	6,6	0	0	0	0	3,6	18,4	4	0,5
<b>Уплотнительный полдник</b>													
Кондитерское изделие	50	17 0	3,5	5,2	10,7	0	0	0	0	0	0	0	0
Макаронные изделия отварные	170	171	6	4,3	27,9	0	0	20	0	11,7	47,7	8,4	0,85
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	16	0,2	1	1,5	0	1,6	0	0	8,9	9,4	4,8	0,3
Биточки рубленные из пшеницы	50	132	8,8	6,7	9,8	0,4	0	17,9	0	28,8	174,5	18,9	1,2
Чай с фруктовым соком	18 0	34	0	0	8	0	0,2	0	0	0,2	0,1	0,8	0
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
<b>Всего за день</b>	<b>1520</b>	<b>1706</b>	<b>57,6</b>	<b>52,4</b>	<b>233,9</b>	<b>1,61</b>	<b>16,5</b>	<b>190,9</b>	<b>0,1</b>	<b>612,8</b>	<b>1105</b>	<b>315,2</b>	<b>23,7 5</b>

СТОИМОСТЬ ДНЯ-179 руб

Заведующий МБДОУ №240 Г.о. Самара  
Свищева Н.И.

**МЕНЮ**

Дата 31.10 2024 г



Категория: Ясли (с 3 до 7 лет)  
Меню на 2 недели четверг

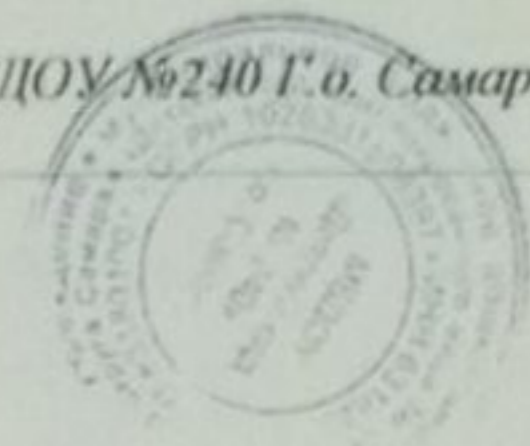
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Эн.ц (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Каша из круп вязкая (кукурузная)	150	185	6	8	22	0,16	2	49	0,2	174	190,5	57,1	1,4
Чай с молоком	180	67	2,0	1,7	10,7	0	0,9	13,8	0	83,7	62	9,8	0,6
Бутерброд с маслом	15/5	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
Сыр (порциями)	15	80	16,2	7,1	12,4	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Второй завтрак</b>													
Сок фруктовый	100	105	1	0	25	0,4	8	0	0	39	35,9	19,5	0,4
<b>Обед</b>													
Салат из соленых огурцов с консервированным горошком	30	13	0,1	1,1	0,5	0	3,4	0	0	4,8	0	0	0,1
Борщ с фасолью со сметаной	143/7	79	2,3	3,4	9,6	0	4,1	0	0	36,8	73,7	26,5	1,3
Бефстроганов из мяса	60	185	12,2	9,2	12	0,6	0,1	25,6	0	34	178	22,2	1,9
Пюре картофельное	110	115	2,5	4	17,2	0,1	15,3	21,8	0	39,8	103,5	36,8	1,1
Напиток из плодов шиповника	150	66	0,5	0	15	0	75	0	0	9,2	2,5	2,5	0,4
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
Хлеб ржаной	40	42	1,3	0,2	6,6	0	0	0	0	3,6	18,4	4	0,5
<b>Уплотнённый полдник</b>													
Кондитерское изделие	50	170	3,5	5,2	10,7	0	0	0	0	0	0	0	0
Котлеты рыбные любительские	60	82	9	2	5,7	0,1	0,2	19,7	0	47,7	138,5	30,8	0,5
Каша рассыпчатая (ячневая)	110	243	8,1	6,1	38,6	0,2	0	20	0	16,5	210,4	140	4,2
Чай полусладкий	180	34	0	0	4	0	0	0	0	0,2	0	0	0
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
<b>Всего за день</b>	<b>1445</b>	<b>1766</b>	<b>71,5</b>	<b>56,1</b>	<b>230,4</b>	<b>1,83</b>	<b>109</b>	<b>169,9</b>	<b>0,2</b>	<b>509,4</b>	<b>1061,4</b>	<b>352,8</b>	<b>14</b>

**МЕНЮ**

Дата

31. 10

20 24 г



Категория: Ясли (с 3 до 7 лет)  
 Меню на 2 неделю четверг

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Эн.ц (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Каша из круп вязкая (кукурузная)	150	185	6	8	22	0,16	2	49	0,2	174	190,5	57,1	1,4
Чай с молоком	180	67	2,0	1,7	10,7	0	0,9	13,8	0	83,7	62	9,8	0,6
Бутерброд с маслом	15/5	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
Сыр (порциями)	15	80	16,2	7,1	12,4	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Второй завтрак</b>													
Сок фруктовый	100	105	1	0	25	0,4	8	0	0	39	35,9	19,5	0,4
<b>Обед</b>													
Салат из соленых огурцов с консервированным горошком	30	13	0,1	1,1	0,5	0	3,4	0	0	4,8	0	0	0,1
Борщ с фасолью со сметаной	143/7	79	2,3	3,4	9,6	0	4,1	0	0	36,8	73,7	26,5	1,3
Бефстроганов из мяса	60	185	12,2	9,2	12	0,6	0,1	25,6	0	34	178	22,2	1,9
Пюре картофельное	110	115	2,5	4	17,2	0,1	15,3	21,8	0	39,8	103,5	36,8	1,1
Напиток из плодов шиповника	150	66	0,5	0	15	0	75	0	0	9,2	2,5	2,5	0,4
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
Хлеб ржаной	40	42	1,3	0,2	6,6	0	0	0	0	3,6	18,4	4	0,5
<b>Уплотненный подник</b>													
Кондитерское изделие	50	170	3,5	5,2	10,7	0	0	0	0	0	0	0	0
Котлеты рыбные любительские	60	82	9	2	5,7	0,1	0,2	19,7	0	47,7	138,5	30,8	0,5
Каша рассыпчатая (ячневая)	110	243	8,1	6,1	38,6	0,2	0	20	0	16,5	210,4	140	4,2
Чай полусладкий	180	34	0	0	4	0	0	0	0	0,2	0	0	0
Хлеб пшеничный	20	82	2,2	0,3	12,9	0	0	0	0	5,4	18,4	10,5	0,5
<b>Всего за день</b>	<b>1445</b>	<b>1766</b>	<b>71,5</b>	<b>56,1</b>	<b>230,4</b>	<b>1,83</b>	<b>109</b>	<b>169,9</b>	<b>0,2</b>	<b>509,4</b>	<b>1061,4</b>	<b>352,8</b>	<b>14</b>