ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 01.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	210	41,25	279
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	150	13,18	89
Обед			
Суп картофельный с горохом	150	9,79	80
Компот из изюма	180	24,99	102
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	150	6,30	77
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		222,64	1528

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
52,56	47,28	222,64	0,89	1,09	14,56	222,77	0,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
697,82	1191,42	237,34	8,13

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 01.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	210	41,25	279
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	180	15,82	107
Обед			
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из изюма	180	24,99	102
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	180	7,56	92
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		239,55	1634

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,59	49,84	239,55	0,98	1,19	16,05	226,53	0,19

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
772,75	1280,82	259,03	8,91

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 02.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	210	40,85	294
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	150	11,93	74
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,09	56
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Бефстроганов из печени	120	3,20	230
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Фрукты	180	14,52	77
Первый ужин			
Картофель, запеченный в сметанном соусе	160	20,65	156
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		252,07	1733

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,32	54,83	252,07	0,89	0,81	130,28	168,60	0,04

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
532,59	750,31	273,14	24,52

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 02.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	210	40,85	294
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	210	7,12	79
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Бефстроганов из печени	120	3,20	230
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Фрукты	180	14,52	77
Первый ужин			
Картофель, запеченный в сметанном соусе	160	20,65	156
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		272,89	1845

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
57,83	56,85	272,89	0,94	0,87	133,76	173,67	0,04

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
578,89	808,94	292,37	28,01

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 03.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная жидкая на молоке	210	40,13	287
Кофейный напиток	150	11,97	76
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	150	9,14	72
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	2,57	94
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из яблок	150	17,91	73
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Салат из белокочанной капусты (с луком)	20	1,73	17
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Кефир	150	5,40	68
Первый ужин			
Пудинг из творога с рисом	120	22,72	269
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		196,62	1519

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
60,05	54,39	196,62	0,79	1,36	31,97	220,97	0,01

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
612,55	809,27	183,95	7,61

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 03.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная жидкая на молоке	210	40,13	287
Кофейный напиток	180	14,36	91
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	205	12,49	99
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	2,57	94
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из яблок	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Салат из белокочанной капусты (с луком)	20	1,73	17
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Кефир	180	6,48	81
Первый ужин			
Пудинг из творога с рисом	120	22,72	269
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		216,78	1635

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
63,29	56,96	216,78	0,85	1,46	33,87	225,31	0,01

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
642,43	866,00	199,95	8,45

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 06.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком (п)	150	13,18	89
Суп молочный с макаронными изделиями (п)	200	18,84	145
Обед			
Суп картофельный с крупой пшенной	150	11,20	65
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Тефтели мясные (2-й вариант)	60/60	10,34	155
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с кабачками, с соусом томатным)	160	14,91	172
Чай с лимоном	150	7,65	31
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		179,71	1424

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
73,45	42,66	179,71	1,02	0,84	24,95	152,37	0,00

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
484,18	668,00	178,91	19,83

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 06.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком (п)	180	15,82	107
Суп молочный с макаронными изделиями (п)	200	18,84	145
Обед			
Суп картофельный с крупой пшенной	200	14,93	86
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Тефтели мясные (2-й вариант)	60/60	10,34	155
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с кабачками, с соусом томатным)	160	14,91	172
Чай с лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		199,95	1526

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
76,11	43,93	199,95	1,09	0,89	26,96	156,03	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
521,30	728,45	196,66	22,99

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 07.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша молочная жидкая "Геркулес"	200	31,71	252
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	150	11,97	76
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	7,05	62
Фрикадельки мясные в соусе	60/60	8,96	164
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	150	15,56	66
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай с сахаром	150	7,88	32
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	150	20,13	82
Весь рацион питания: 134,00		226,22	1631

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,91	55,30	226,22	0,81	1,06	102,46	234,26	0,12

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
633,11	937,78	188,67	8,08

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 07.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша молочная жидкая "Геркулес"	200	31,71	252
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	180	14,36	91
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	205	9,64	85
Фрикадельки мясные в соусе	60/60	8,96	164
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	180	24,15	98
Весь рацион питания: 134,00		248,08	1744

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
59,40	57,19	248,08	0,87	1,12	123,09	238,61	0,14

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
674,32	991,38	205,39	9,05

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 08.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	150	11,93	74
Каша рисовая жидкая	200	29,90	201
Обед			
Суп с рыбными консервами (сельдь)	150	8,60	101
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Котлеты рубленые из курицы	80	13,31	219
Капуста тушеная	130	12,46	104
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	160	24,22	233
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		224,98	1663

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,13	60,76	224,98	0,49	0,66	41,77	252,21	0,20

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
583,61	910,62	208,22	23,51

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 08.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
Каша рисовая жидкая	200	29,90	201
Обед			
Суп с рыбными консервами (сельдь)	200	11,47	134
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Котлеты рубленые из курицы	80	13,31	219
Капуста тушеная	130	12,46	104
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	160	24,22	233
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		244,15	1774

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,82	63,06	244,15	0,54	0,72	43,86	258,28	0,20

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
620,24	984,49	226,84	26,61

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 09.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная жидкая	200	29,10	202
Какао с молоком	150	13,18	89
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,09	56
Запеканка картофельная с мясом	30/130	25,70	237
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		208,32	1473

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
46,49	49,90	208,32	0,71	0,90	20,64	136,05	0,10

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
525,76	866,56	202,64	11,59

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 09.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшеничная жидкая	200	29,10	202
Какао с молоком	180	15,82	107
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	200/7/3	7,12	79
Запеканка картофельная с мясом	30/130	25,70	237
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
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
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		230,62	1593

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
49,26	52,06	230,62

Витамины в милиграммах

B1	B2	C	A	E
0,77	0,97	25,30	141,72	0,10

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
575,04	929,71	223,22	13,24

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 10.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Чай с молоком	150	11,93	74
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	150	6,62	48
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Рис отварной	130	30,21	173
Фрикадельки из птицы	80	7,70	163
Огурец соленый	20	0,06	0
Полдник			
Ряженка	150	6,30	77
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Первый ужин			
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Картофель отварной	130	19,95	124
Компот из яблок	150	17,91	73
Весь рацион питания: 134,00		237,20	1578

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,73	44,83	237,20	0,63	0,92	27,29	144,15	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
623,16	882,23	185,78	17,95

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 10.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Чай с молоком	180	14,31	89
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	200	8,83	64
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Рис отварной	130	30,21	173
Фрикадельки из птицы	80	7,70	163
Огурец соленый	20	0,06	0
Полдник			
Ряженка	180	7,56	92
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Первый ужин			
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Картофель отварной	130	19,95	124
Компот из яблок	180	21,49	88
Весь рацион питания: 134,00		258,97	1696

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,97	46,83	258,97	0,69	1,01	28,95	150,88	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
697,87	964,76	204,42	21,15

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 13.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша Дружба вязкая на молоке (п)	200	34,97	226
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком (п)	150	11,93	74
Обед			
Суп из овощей	150	6,78	82
Компот из яблок	150	17,91	73
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Суфле куриное (ф)	73/5	2,45	173
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	27,25	171
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Винегрет овощной с луком репчатым	50	4,22	47
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		214,49	1611

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,04	61,46	214,49	0,74	1,61	19,50	766,97	0,96

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
540,71	1182,27	182,38	27,41

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 13.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша Дружба вязкая на молоке (п)	200	34,97	226
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком (п)	180	14,31	89
Обед			
Суп из овощей	200	9,04	109
Сосиски отварные	55	0,45	148
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Компот из яблок	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Винегрет овощной с луком репчатым	50	4,22	47
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		236,86	1716

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,76	65,01	236,86	0,75	1,32	22,89	532,28	1,28

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
535,26	977,54	173,71	28,57

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 14.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	150	11,97	76
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	7,05	62
Тефтели мясные (2-й вариант)	120	10,34	155
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	150	15,56	66
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Пряники	40	8,59	136
Чай с сахаром	150	7,88	32
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	150	20,13	82
Весь рацион питания: 134,00		218,37	1624

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,62	52,74	218,37	0,58	0,93	101,95	243,00	0,12

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
570,82	932,02	256,91	9,72

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 14.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	180	14,36	91
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	205	9,64	85
Тефтели мясные (2-й вариант)	120	10,34	155
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	8,59	136
Чай с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	180	24,15	98
Весь рацион питания: 134,00		240,23	1737

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,11	54,63	240,23	0,63	0,99	122,58	247,35	0,14

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
612,03	985,62	273,63	10,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 15.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	200	39,29	266
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	150	13,18	89
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	150	6,62	48
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Котлеты рубленые из курицы	80	13,31	219
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	150	6,30	77
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		228,29	1721

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
94,53	55,67	228,29	1,16	1,14	8,19	297,35	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
739,02	1316,64	251,91	18,93

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

МБДОУ «Детский сад № 362» г.о. Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 15.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	200	39,29	266
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	180	15,82	107
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	200	8,83	64
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Котлеты рубленые из курицы	80	13,31	219
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	180	7,56	92
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		248,31	1833

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
97,92	57,79	248,31	1,22	1,24	9,63	304,68	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
816,83	1403,16	270,99	22,04

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 16.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	200	38,91	280
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	150	11,93	74
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,09	56
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Бефстроганов из печени	120	3,20	230
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Компот из изюма	150	20,83	85
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Фрукты	150	9,68	51
Первый ужин			
Картофель, запеченный в сметанном соусе	160	20,65	156
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		245,29	1693

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,22	54,25	245,29	0,87	0,79	94,17	166,12	0,04

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
497,86	730,59	261,43	13,08

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 16.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	200	38,91	280
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	210	7,12	79
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Бефстроганов из печени	120	3,20	230
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из изюма	180	24,99	102
Полдник			
Булочка российская	50	27,76	161
Сок фруктовый	150	19,05	79
Фрукты	150	9,68	51
Первый ужин			
Картофель, запеченный в сметанном соусе	160	20,65	156
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		266,11	1805

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,73	56,27	266,11	0,93	0,85	97,65	171,19	0,04

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
543,26	790,87	281,05	14,35

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 17.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная жидкая на молоке	200	38,22	273
Кофейный напиток	150	11,97	76
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	150	9,14	72
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	2,57	94
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из яблок	150	17,91	73
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	20	1,73	17
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Кефир	150	5,40	68
Первый ужин			
Пудинг из творога с рисом	120	22,72	269
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с лимоном	150	7,65	31
Весь рацион питания: 134,00		194,48	1504

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
59,62	53,93	194,48	0,78	1,35	33,80	218,34	0,01

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
604,13	798,22	181,83	7,58

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 17.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша пшенная жидкая на молоке	200	38,22	273
Кофейный напиток	180	14,36	91
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой со сметаной)	205	12,49	99
Рыба, запеченная в омлете (м)	80	2,57	94
Пюре картофельное	130	17,72	119
Компот из яблок	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Салат из белокочанной капусты (с луком репчатым)	20	1,73	17
Полдник			
Печенье	50	25,84	174
Кефир	180	6,48	81
Первый ужин			
Пудинг из творога с рисом	120	22,72	269
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с лимоном	180	9,18	37
Весь рацион питания: 134,00		214,58	1620

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
62,87	56,50	214,58	0,84	1,45	36,09	222,68	0,01

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
634,48	855,21	197,98	8,43

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 20.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком (п)	150	13,18	89
Каша рисовая молочная вязкая (п)	200	42,90	274
Обед			
Суп картофельный с крупой пшенной	150	11,20	65
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Тефтели мясные (2-й вариант)	60/60	10,34	155
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Рагу из овощей (с кабачками, с соусом томатным)	160	14,91	172
Чай с лимоном	150	7,65	31
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		199,95	1537

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
75,13	45,46	199,95	0,99	0,80	24,91	165,89	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
499,18	727,15	180,30	19,60

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 20.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком (п)	180	15,82	107
Каша рисовая молочная вязкая (п)	200	42,90	274
Обед			
Суп картофельный с крупой пшенной	200	14,93	86
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Горошница (гороховое пюре)	130	16,29	179
Тефтели мясные (2-й вариант)	60/60	10,34	155
Полдник			
Булочка "Школьная"	50	2,98	143
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Рагу из овощей (с кабачками, с соусом томатным)	160	14,91	172
Чай с лимоном	180	9,18	37
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		224,00	1655

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
77,94	46,73	224,00	1,06	0,87	28,13	169,56	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
538,41	789,70	199,25	23,18

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 21.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша молочная жидкая "Геркулес"	200	31,71	252
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	150	11,97	76
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	7,05	62
Фрикадельки мясные в соусе	60/60	8,96	164
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	150	15,56	66
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай с сахаром	150	7,88	32
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с изюмом	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	150	20,13	82
Весь рацион питания: 134,00		226,22	1631

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,92	55,30	226,22	0,79	0,97	102,46	234,26	0,12

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
581,91	937,78	188,67	7,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 21.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша молочная жидкая "Геркулес"	200	31,71	252
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	180	14,36	91
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	205	9,64	85
Фрикадельки мясные в соусе	60/60	8,96	164
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Бутерброды с повидлом	55	27,56	156
Чай с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с изюмом	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	180	24,15	98
Весь рацион питания: 134,00		248,09	1744

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
59,41	57,19	248,09	0,84	1,02	123,09	238,61	0,14

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
623,12	991,38	205,39	8,67

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 22.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	150	11,93	74
Каша пшеничная жидкая	200	29,10	202
Обед			
Суп с рыбными консервами (сельдь)	150	8,60	101
Компот из красной смородины	150	16,62	68
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	160	24,22	233
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Весь рацион питания: 134,00		221,80	1520

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,19	49,03	221,80	0,66	0,62	45,29	203,24	0,45

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
497,77	844,75	204,54	23,54

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 22.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
Каша пшеничная жидкая	200	29,10	202
Обед			
Суп с рыбными консервами (сельдь)	200	11,47	134
Компот из красной смородины	180	19,94	82
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	14,66	143
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Кисломолочный продукт "Снежок"	150	16,50	117
Яблоки	120	11,76	53
Первый ужин			
Макароны отварные с сыром	160	24,22	233
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Весь рацион питания: 134,00		242,71	1639

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
50,92	51,34	242,71	0,71	0,69	51,25	209,31	0,48

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
536,08	920,14	224,58	26,70

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 23.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Какао с молоком	150	13,18	89
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,09	56
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Пюре картофельное	130	17,72	119
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		214,90	1529

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
47,81	52,80	214,90	0,63	1,08	36,97	187,89	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
623,14	880,31	197,09	10,31

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 23.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Какао с молоком	180	15,82	107
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	200/7/3	7,12	79
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Пюре картофельное	130	17,72	119
Гуляш из отварного мяса	60	1,98	95
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Запеканка из творога с морковью	120	28,54	281
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		237,19	1649

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
50,58	54,95	237,19	0,69	1,15	41,63	193,55	0,00

Минеральные вещества в милиграммах			
Ca	P	Mg	Fe
672,42	943,46	217,68	11,97

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 24.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями	200	18,84	145
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Чай с молоком	150	11,93	74
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	150	6,62	48
Компот из изюма	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Каша вязкая рисовая	130	19,19	114
Фрикадельки из птицы	80	7,70	163
Огурец соленый	20	0,06	0
Полдник			
Ряженка	150	6,30	77
Пряники	40	8,59	136
Первый ужин			
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Картофель отварной	130	19,95	124
Компот из яблок	150	17,91	73
Весь рацион питания: 134,00		186,09	1345

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
50,83	38,02	186,09	0,61	0,92	26,13	107,22	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
592,32	785,04	177,22	6,25

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 24.12.2021 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями	200	18,84	145
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Чай с молоком	180	14,31	89
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками	200	8,83	64
Компот из изюма	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Каша вязкая рисовая	130	19,19	114
Фрикадельки из птицы	80	7,70	163
Огурец соленый	20	0,06	0
Полдник			
Ряженка	180	7,56	92
Пряники	40	8,59	136
Первый ужин			
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Картофель отварной	130	19,95	124
Компот из яблок	180	21,49	88
Весь рацион питания: 134,00		207,86	1463

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
54,07	40,01	207,86	0,68	1,01	27,78	113,96	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
666,13	869,21	196,24	7,23

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 27.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша Дружба вязкая на молоке (п)	200	34,97	226
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком (п)	150	11,93	74
Обед			
Суп из овощей	150	6,78	82
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Компот из яблок	150	17,91	73
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Суфле куриное (ф)	73/5	2,45	173
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Винегрет овощной с луком репчатым	50	4,22	47
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		214,49	1611

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,04	61,46	214,49	0,74	1,61	19,50	766,97	0,96

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
540,71	1182,27	182,38	27,41

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 27.12.2021
(понедельник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша Дружба вязкая на молоке (п)	200	34,97	226
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком (п)	180	14,31	89
Обед			
Суп из овощей	200	9,04	109
Сосиски отварные	55	0,45	148
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Компот из яблок	180	21,49	88
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Булочка "Домашняя"	50	26,96	179
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Винегрет овощной с луком репчатым	50	4,22	47
Омлет натуральный	80/5	1,51	157
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		236,86	1716

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,76	65,01	236,86	0,75	1,32	22,89	532,28	1,28

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
535,26	977,54	173,71	28,57

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 28.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	150	11,97	76
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	7,05	62
Тефтели мясные (2-й вариант)	120	10,34	155
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	150	15,56	66
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Полдник			
Пряники	40	8,59	136
Чай с сахаром	150	7,88	32
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	150	20,13	82
Весь рацион питания: 134,00		218,37	1624

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
55,62	52,74	218,37	0,58	0,93	101,95	243,00	0,12

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
570,82	932,02	256,91	9,72

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 28.12.2021 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша вязкая манная молочная	200	41,45	274
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Кофейный напиток	180	14,36	91
Обед			
Борщ со свежей капустой и картофелем	205	9,64	85
Тефтели мясные (2-й вариант)	120	10,34	155
Каша гречневая рассыпчатая	130	33,52	211
Напиток из плодов шиповника	180	18,67	79
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Полдник			
Пряники	40	8,59	136
Чай с сахаром	180	9,46	38
Первый ужин			
Пудинг из творога (паровой) с курагой	120	28,26	292
Соус молочный (сладкий)	20	2,65	20
Кисель из красной смородины	180	24,15	98
Весь рацион питания: 134,00		240,23	1737

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,11	54,63	240,23	0,63	0,99	122,58	247,35	0,14

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
612,03	985,62	273,63	10,69

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 29.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	200	39,29	266
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	150	13,18	89
Обед			
Суп картофельный с горохом	150	9,79	80
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Компот из смеси сухофруктов	150	20,83	85
Фрикадельки из птицы (ф)	80	7,70	163
Пюре картофельное	130	17,72	119
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	150	6,30	77
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	150	7,88	32
Весь рацион питания: 134,00		227,27	1637

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
58,73	54,55	227,27	0,80	0,98	24,03	180,53	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
673,40	1039,58	214,75	17,82

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 29.12.2021 (среда)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	200	39,29	266
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Какао с молоком	180	15,82	107
Обед			
Суп картофельный с горохом	200	13,05	107
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из смеси сухофруктов	180	24,99	102
Фрикадельки из птицы (ф)	80	7,70	163
Пюре картофельное	130	17,72	119
Полдник			
Булочка "Дорожная"	50	26,07	181
Ряженка	180	7,56	92
Первый ужин			
Котлеты рыбные запеченные (м)	80	7,67	107
Рис отварной	130	30,21	173
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Чай с сахаром	180	9,46	38
Весь рацион питания: 134,00		248,34	1760

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
62,84	57,11	248,34	0,90	1,08	25,59	184,29	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
751,73	1131,30	237,34	20,90

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

Детский Сад №362 Новая Самара (ясли)

М Е Н Ю

На 30.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	200	38,91	280
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	150	11,93	74
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,09	56
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Фрикадельки мясные в соусе	120	8,96	164
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Хлеб ржаной	20	6,68	35
Компот из изюма	150	20,83	85
Полдник			
Печенье	30	15,50	104
Сок фруктовый	150	19,05	79
Первый ужин			
Картофель в молоке	160	19,39	141
Компот из кураги	150	20,33	85
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		227,86	1504

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
43,28	46,15	227,86	0,84	0,94	34,80	182,56	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
535,48	869,94	269,49	13,70

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Заведующий Детский сад №362 Новая Самара

Детский сад №362 Новая Самара

М Е Н Ю

На 30.12.2021 (четверг)

Наименование блюда	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая	200	38,91	280
Бутерброды с маслом	30/10	14,62	136
Чай с молоком	180	14,31	89
Обед			
Щи из свежей капусты с картофелем	210	7,12	79
Макаронные изделия отварные с маслом	155	27,25	171
Фрикадельки мясные в соусе	120	8,96	164
Хлеб пшеничный	30	14,50	70
Хлеб ржаной	30	10,02	52
Компот из изюма	180	24,99	102
Полдник			
Печенье	30	15,50	104
Сок фруктовый	180	22,86	95
Первый ужин			
Картофель в молоке	160	19,39	141
Компот из кураги	180	24,39	102
Хлеб пшеничный	20	9,67	47
Весь рацион питания: 134,00		252,49	1632

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
45,94	48,17	252,49	0,91	1,02	39,48	187,62	0,00

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
582,98	932,31	290,30	15,38

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор Ахтамянова В. А.