МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Хапаева А.М. /

МЕНЮ

28.10.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
		Белки	Жиры	Углеводы		
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	**400**	**10.35**	**16.42**	**56.10**	**414**	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Кофейный напиток с молоком	180	2.68	2.84	11.80	84	414/1
Каша "Дружба" на молоке	180	5.22	6.03	29.68	194	183/8
Второй завтрак	**100**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**44**	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	**610**	**22.71**	**17.86**	**80.02**	**572**	
Запеканка картофельная с мясом	160	12.32	12.80	23.67	259	308/2
Компот из смеси сухофруктов	180	0.05		15.45	62	394/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Суп картофельный с горохом	180	4.72	4.07	14.79	115	087/4
Огурцы соленые	40	0.32	0.04	0.64	4	013
Полдник	**230**	**12.75**	**8.60**	**27.10**	**237**	
Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	1
Йогурт	180	9.00	2.70	15.30	122	011
Ужин	**400**	**21.31**	**13.71**	**52.64**	**419**	
Пудинг из творога (запеченный)	150/20	15.44	9.35	19.54	224	249/1
Напиток из плодов шиповника	180	0.57	3.41	7.63	63	417/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Итого за день:	**1 740**	**67.52**	**56.99**	**225.66**	**1 686**	
Стоимость питания 210 руб.						

МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

МЕНЮ

28.10.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
		Белки	Жиры	Углеводы		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	**440**	**11.80**	**18.00**	**62.22**	**459**	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	107	414/2
Каша "Дружба" на молоке	200	5.80	6.69	32.98	216	183/8
Второй завтрак	**100**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**44**	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	**660**	**22.80**	**17.87**	**81.90**	**580**	
Запеканка картофельная с мясом	160	12.32	12.80	23.67	259	308/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Суп картофельный с горохом	200	4.72	4.07	14.79	115	087/4
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.80	5	013
Полдник	**250**	**13.75**	**8.90**	**28.80**	**250**	
Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	1
Йогурт	200	10.00	3.00	17.00	135	011
Ужин	**440**	**25.58**	**18.19**	**61.75**	**514**	
Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Пудинг из творога (запеченный)	170/20	19.64	13.46	26.29	305	249/1
Итого за день:	**1 890**	**74.33**	**63.36**	**244.47**	**1 847**	
Стоимость питания 210 руб.						