МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

МЕНЮ

06.11.2026 пятница

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	№ рец
		Белки	Жиры	Углеводы		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	**450**	**11.58**	**15.53**	**66.11**	**450**	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Какао с молоком	200	3.70	3.75	13.22	101	416/2
Каша кукурузная вязкая молочная	200/5/5	5.43	4.23	38.27	213	182/5
Второй завтрак	**100**	**0.40**		**11.30**	**47**	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	**720**	**24.23**	**20.26**	**86.34**	**625**	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.80	5	013
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Борщ с картофелем на к/б	200	2.49	4.70	12.63	103	064
Полдник	**250**	**3.06**	**7.77**	**32.00**	**211**	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417/2
Ужин	**420**	**35.33**	**19.34**	**66.50**	**582**	
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
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 с рисом и сгущенным молоком	165/5	29.92	18.36	31.93	413	250/2
Итого за день:	**1 940**	**74.60**	**62.90**	**262.25**	**1 915**	

Стоимость питания 210 руб.

МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Хапаева А.М. /

МЕНЮ

06.11.2026 пятница

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
		Белки	Жиры	Углеводы		
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	**410**	**13.26**	**18.69**	**65.43**	**483**	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Какао с молоком	180	3.45	3.48	11.00	89	416/1
Каша кукурузная вязкая молочная	180/5/5	7.36	7.66	39.81	258	182/5
Второй завтрак	**100**	**0.40**		**11.30**	**47**	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	**660**	**22.36**	**18.29**	**82.82**	**585**	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219/1
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
Огурцы соленые	40	0.32	0.04	0.64	4	013
Гуляш из курицы	30/30	9.16	9.53	2.41	132	293/2
Борщ с картофелем на к/б	180	2.26	4.32	11.39	93	064
Полдник	**230**	**2.99**	**7.40**	**29.64**	**197**	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Напиток из плодов шиповника	180	0.57	3.41	7.63	63	417/1
Ужин	**400**	**31.81**	**17.18**	**62.74**	**533**	
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
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 с рисом и сгущенным молоком	150	26.40	16.20	28.17	364	250/2
Итого за день:	**1 800**	**70.82**	**61.56**	**251.93**	**1 845**	

Стоимость питания 210 руб.