МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

МЕНЮ

11.11.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	**440**	**11.59**	**17.09**	**45.75**	**383**	
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
Суп молочный с гречневой крупой	200	5.59	5.78	16.51	140	101/2
Второй завтрак	**100**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**44**	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	**690**	**23.20**	**19.01**	**83.69**	**599**	
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
Соус сметанный	30	0.40	1.14	1.79	19	005
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:	**1 920**	**74.52**	**63.59**	**229.79**	**1 790**	
Стоимость питания 210 руб.						

МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

МЕНЮ

11.11.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	**400**	**10.16**	**15.59**	**41.27**	**346**	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Суп молочный с гречневой крупой	180	5.03	5.20	14.85	126	101/2
Кофейный напиток с молоком	180	2.68	2.84	11.80	84	414/1
Второй завтрак	**100**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**44**	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	**640**	**23.11**	**19.00**	**81.81**	**591**	
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
Соус сметанный	30	0.40	1.14	1.79	19	005
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**	**21.44**	**13.76**	**53.47**	**423**	
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	2.13	0.40	9.25	49	003
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Итого за день:	**1 770**	**67.86**	**57.35**	**213.45**	**1 641**	
Стоимость питания 210 руб.						