МБДОУ "Детский сад №320"г.о.Самара

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

01.04.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	**426**	**11,15**	**17,13**	**57,02**	**0,97**		
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак	**47**	**0,40**		**11,30**	**2,00**		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	**552**	**23,90**	**10,64**	**90,18**	**9,33**		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы (филе)	75	11,80	2,07	2,39	0,63	30/30	293
Полдник	**195**	**4,05**	**5,90**	**31,60**			
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	**427**	**27,58**	**20,96**	**31,99**	**0,91**		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	275	22,12	19,97	1,82	0,13	150	229
Итого за день:	**1 647**	**67,08**	**54,62**	**222,09**	**13,21**		

стоимость питания 179 руб.

МБДОУ "Детский сад №320"г.о.Самара

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

01.04.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	**458**	**12,09**	**18,16**	**61,64**	**1,14**		
Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	**47**	**0,40**		**11,30**	**2,00**		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	**595**	**26,37**	**11,83**	**95,49**	**11,22**		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Гуляш из курицы(филе)	88	13,78	2,40	2,78	0,74	40/30	293
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник	**204**	**4,09**	**5,90**	**33,80**			
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин	**464**	**30,53**	**23,62**	**32,23**	**0,95**		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:	**1 768**	**73,48**	**59,51**	**234,46**	**15,31**		

Стоимость питания 179 руб.