

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**03.05.2023 среда**

Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад
№ 320» городского округа Самары
(МБДОУ «Детский сад № 320»
г.о.Самара)

Каримова Ирина

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	285	7,42	4,41	53,95	0,87		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Обед	687	32,61	25,78	80,71	99,86		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Щи из свежей капусты с картофелем (аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200	73
Полдник	247	3,22	3,89	49,94	1,72		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Ужин	445	16,66	8,98	74,51	0,02		
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5	179
Итого за день:	1 664	59,91	43,06	259,11	102,47		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**03.05.2023 среда**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 320» городского округа Самар (МБДОУ «Детский сад № 320» г.о.Самара)

Каримова Ирина

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	484	19,94	22,06	51,50	0,69		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	689	32,67	25,92	80,91	100,10		
Котлеты, биточки, шницели рубленные	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	247	3,22	3,89	49,94	1,72		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Ужин	337	13,39	8,78	51,20	0,83		
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,50	0,81	200	101
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 839	72,22	66,65	237,65	103,65		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**03.05.2023 среда**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	482	20,09	22,27	50,38	0,72		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	643	29,68	23,58	78,13	89,92		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Салат из свежих огурцов	21	0,30	1,80	0,95	1,60	40	
Полдник	236	3,20	3,88	47,16	1,55		
Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180	391
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	315	12,77	8,18	47,75	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 758	68,74	63,91	227,52	93,16		