

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

05.07.2023 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	293	7,24	12,48	38,10	0,67		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	614	23,21	20,37	84,35	18,19		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
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	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
Полдник	175	2,57	0,39	40,37	0,18		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Ужин	419	20,10	12,63	56,27	0,16		
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
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:	1 569	58,12	47,37	227,59	19,80		

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующего
Муравьева Т.Ф.

МЕНЮ
05.07.2023 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	315	7,81	13,05	41,69	0,75		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,25	5,47	17,97	0,73	200	100
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	633	23,42	21,01	87,31	18,63		
Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник	184	2,61	0,39	42,57	0,18		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин	427	20,16	12,65	58,07	0,17		
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
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:	1 627	59,00	48,60	238,14	20,33		

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

и.о.Заведующего

УТВЕРЖДАЮ

МБДОУ «Детский сад № 320» г.о. Самара

Муравьева Т.Ф.

05.07.2023 среда

МЕНЮ

Наименование	Энерг.цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	335	7,83	11,03	51,18	0,02		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Обед	633	23,42	21,01	87,31	18,63		
Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник	132	2,38	0,42	29,67	0,20		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Ужин	302	8,46	5,49	54,60	10,40		
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
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:	1 402	42,09	37,95	222,76	29,25		