

Заведующего

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

Каримова Ирина

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**08.06.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	489	14,55	20,28	62,13	1,69		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	712	28,00	15,80	114,46	11,32		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180	391
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Котлеты рубленые из курицы (филе)	111	11,66	2,75	9,98	0,10	60	322
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	74	1,50	4,75	6,34	8,55	180	73
Полдник	298	3,90	1,65	66,90	0,47		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	437	13,93	17,08	56,99	22,58		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 983	60,78	54,81	311,78	38,06		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**08.06.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	455	13,14	17,41	61,44	1,04		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	697	29,10	17,80	105,34	13,27		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленые из курицы (филе)	151	15,64	3,89	13,46	0,14	80	322
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	428	14,01	17,11	54,45	22,76		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Итого за день:	1 941	60,63	53,97	303,38	39,59		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**08.06.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	373	6,50	11,54	60,88	0,85		
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
Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	697	29,10	17,80	105,34	13,27		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленые из курицы (филе)	151	15,64	3,89	13,46	0,14	80	322
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	428	14,01	17,11	54,45	22,76		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Итого за день:	1 859	53,99	48,10	302,82	39,40		