

Каримова И.Р.
 МБДОУ "Детский сад №320" г.о.Самара
 Учреждение "Детский сад
 общеразвивающего вида
 № 320" городского округа Самар
 (МБДОУ "Детский сад № 320"
 г.о.Самара)

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**08.09.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	394	8,50	14,44	57,52	0,54		
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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
	47	0,40		11,30	2,00		
Второй завтрак							
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
	636	23,93	21,66	86,14	15,64		
Обед							
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
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	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Полдник							
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	339	8,34	4,83	65,46	0,02		
Ужин							
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5	183
Итого за день:	1 627	44,23	48,70	252,42	106,29		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет



МЕНЮ

08.09.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	469	15,34	21,94	52,70	1,47		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5 183	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед	594	22,12	19,31	82,86	12,18		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40 15	
Борщ с картофелем на м/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180 64	
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30 294	
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	
Полдник	197	2,99	7,40	29,64	79,29		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Ужин	421	23,25	12,63	53,58	0,23		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5 250	
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180 411	
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 728	64,10	61,28	230,08	95,17		

Заведующий

Каримова И.Р.
 № 320 - городского округа Самар
 (МБДОУ - Детский сад № 320 -
 г.о.Самара)

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**08.09.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	503	16,16	22,87	58,22	1,56		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200 416	
Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5 183	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед	636	23,93	21,66	86,14	15,64		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15	
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	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200 64	
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40 294	
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
Ужин	586	35,46	19,39	67,33	0,39		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5 250	
Итого за день:	1 983	79,01	71,69	254,99	107,68		