



МЕНЮ

09.08.2023 среда

от 3 до 7 лет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Пшеничные сухари с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Пирожок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	689	32,67	25,92	80,91	100,10		
Пельмени, 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
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	250	13,75	8,90	28,80	1,20		
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	309	11,00	6,76	51,08	0,75		
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	
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200	101
Итого за день:	1 839	81,16	66,33	229,01	104,82		

Заведующий

Каримова И.Р.
Директор МБДОУ "Детский сад №320" г.о.Самара
подпись

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

09.08.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	352	6,89	11,40	55,62	0,87		
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 вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
	47	0,40		11,30	2,00		
Второй завтрак							
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
	687	32,61	25,78	80,71	99,86		
Обед							
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
	205	4,05	6,08	33,71	2,40		
Полдник							
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	344	11,36	5,18	62,86	0,02		
Ужин							
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 (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Итого за день:	1 635	55,31	48,44	244,20	105,15		