

МЕНЮ

10.03.2023 пятница

Кухня

Категория: Дети 3-7 (аллергики)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	439	12,57	19,15	54,10	0,96		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
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
Обед	605	23,85	18,64	85,40	8,59		
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
Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
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	192	4,39	9,68	21,79	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	469	23,58	13,00	64,35	10,24		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
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:	1 705	64,39	60,47	225,64	107,79		

МЕНЮ

10.03.2023 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Муниципальное бюджетное
д/у учреждение «Детский сад
образовательного вида
№ 320» городского округа Самара
(МБДОУ «Детский сад № 320»
г.о.Самара)

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	503	16,17	22,88	58,22	1,62		
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	5,95	6,87	33,80	0,58	205	183
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	605	23,87	18,74	85,42	9,89		
Борщ с картофелем на м/б	103	2,51	4,80	12,66	6,77	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	3,13	50	
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
Полдник	192	4,39	9,68	21,79	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	473	23,71	13,05	65,18	10,24		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
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	
Итого за день:	1 841	73,14	65,85	239,11	110,35		

МЕНЮ

10.03.2023 пятница

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

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	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	568	22,05	16,89	82,01	7,48		
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	
Огурцы соленные	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник	178	4,32	9,31	19,43	79,20		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	465	23,65	13,03	63,38	10,23		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
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:	1 748	70,36	62,67	226,02	98,98		