

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**11.04.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	548	18,86	24,45	63,34	1,98		
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 вязкая манная молочная	266	8,64	8,44	38,92	0,94	210	182
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	655	25,90	26,59	78,12	99,08		
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	
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Полдник	223	5,43	2,40	44,73	26,47		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200	390
Ужин	314	11,67	8,69	47,44	45,58		
Капуста тушеная(Бигус)	141	6,13	7,66	12,04	45,56	200	143
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:	1 823	64,86	68,13	237,73	173,41		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**11.04.2023 вторник**

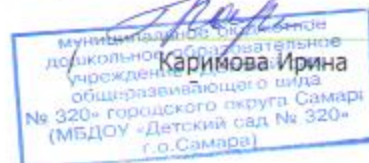
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 320» городского округа Самара (МБДОУ «Детский сад № 320» г.о. Самара)

Каримова Ирина

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	461	14,55	19,83	56,32	1,89		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Обед	655	25,90	26,59	78,12	99,08		
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	
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Полдник	236	3,41	3,91	46,86	26,40		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200	390
Ужин	314	11,67	8,69	47,44	45,58		
Капуста тушеная(Бигус)	141	6,13	7,66	12,04	45,56	200	143
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:	1 667	55,53	59,01	228,74	172,95		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**11.04.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	511	17,79	23,38	57,41	1,77		
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 вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5 182	
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100 420	
Обед	539	21,18	20,97	66,51	85,11		
Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40 23	
Суп картофельный с мучными клецками	63	1,96	2,13	9,07	3,01	180 91	
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110 321	
Полдник	214	5,41	2,38	42,56	23,83		
Компот из свежих яблок	80	0,13	0,12	19,56	23,76	180 390	
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Ужин	292	11,00	7,90	44,44	36,91		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 143	
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:	1 638	58,38	60,63	215,02	147,92		