

Заведующего

Каримова Ирина
 /
 унитарного государственного
 учреждения «Образовательный центр
 общегородского округа Самар
 № 320» городского округа Самар
 (МБДОУ «Детский сад № 320»
 г.о. Самара)

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**13.04.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	363	6,31	11,35	59,11	0,77		
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)	190	3,75	3,77	35,39	0,75	200	182
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	710	26,85	27,08	89,65	35,50		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Полдник	276	4,61	5,90	51,22	0,48		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	377	19,41	9,01	54,32	11,59		
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
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	
Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:	1 764	58,08	53,54	262,40	108,34		



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**13.04.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	527	15,84	21,65	67,17	1,96		
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	285	8,13	8,47	44,00	0,92	210	182
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	710	26,85	27,08	89,65	35,50		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Полдник	276	4,62	5,90	51,21	0,53		
Компот из чернослива	161	0,87		39,41	0,53	200	390
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	377	19,41	9,01	54,32	11,59		
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
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	
Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:	1 928	67,62	63,84	270,45	109,58		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**13.04.2023 четверг**

Каримова Ирина
муниципальное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад общедоступного
№ 320» городского округа Самар
(МБДОУ «Детский сад № 320»
г.о.Самара)

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
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	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	703	25,46	21,30	102,20	31,83		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленные из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	76	1,54	4,88	6,52	9,03	180/5	73
Полдник	260	4,53	5,90	47,27	0,43		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	363	16,62	8,11	55,82	11,30		
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
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	
Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60	279
Итого за день:	1 853	62,06	55,79	275,52	105,25		