

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**16.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180 414	
Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	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	692	27,63	18,90	102,56	21,86		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 21	
Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87	
Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40 293	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5 179	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394	
Полдник	211	6,73	3,32	38,69	21,62		
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180 393	
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Ужин	437	13,34	21,89	46,82	14,89		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50 291	
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180 411	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5 148	
Итого за день:	1 898	64,95	71,22	249,29	60,03		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**16.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200 414	
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5 182	
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100 420	
Обед	749	30,93	21,62	107,49	27,35		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50 21	
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50 293	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5 179	
Компот из кураги	82	0,57		19,91	0,44	200 394	
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200 87	
Полдник	220	6,76	3,33	40,69	24,02		
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200 393	
Ужин	445	13,40	21,91	48,62	14,90		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50 291	
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	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5 148	
Итого за день:	1 981	67,25	72,95	263,70	67,61		

Заведующего

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**16.05.2023 вторник**

Муниципальное бюджетное дошкольное 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	454	12,87	19,82	55,88	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5	183
Кофейный напиток на воде (аллергик)	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Обед	674	29,29	21,66	90,28	27,62		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50	21
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из кураги	82	0,57		19,91	0,44	200	394
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Полдник	229	3,54	3,82	45,12	24,00		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Ужин	445	13,40	21,91	48,62	14,90		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5	148
Итого за день:	1 802	59,10	67,21	239,90	67,56		