

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**18.04.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
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	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед	764	37,11	30,88	84,05	27,45		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15	
Суп картофельный с фасолью	114	4,89	4,09	14,57	4,14	200 87	
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	
Жаркое по-домашнему (азу)	399	25,87	22,77	22,56	13,32	80/140 292	
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
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:	2 011	80,55	79,56	242,97	54,61		

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Образовательный центр № 320» городского округа Самара (МБДОУ «Детский сад № 320» г.о. Самара)

Каримова Ирина

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**18.04.2023 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	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	642	30,05	23,92	76,35	20,49		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40	15
Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
Жаркое по-домашнему (азу)	303	19,45	16,83	18,36	10,08	60/110	292
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
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:	1 859	73,52	73,30	226,09	47,84		