МБДОУ "Детский сад №320"г.о.Самара

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/Халаева А.М. /

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

19.06.2024 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	**544**	**23,34**	**24,75**	**56,92**	**0,77**		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	**68**	**5,00**	**1,50**	**8,50**	**0,60**		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	**725**	**35,50**	**24,27**	**90,76**	**109,81**		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
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	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	**161**	**3,90**	**5,97**	**22,94**	**4,80**		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Ужин	**324**	**11,64**	**9,99**	**46,90**	**41,32**		
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	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день:	**1 822**	**79,38**	**66,48**	**226,02**	**157,30**		

Стоимость питания 179 руб.

МБДОУ "Детский сад №320"г.о.Самара

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халаева А.М. /

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

19.06.2024 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	**542**	**23,49**	**24,96**	**55,80**	**0,80**		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	**61**	**4,70**	**1,32**	**7,73**	**0,16**		
Йогурт	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
Обед	**674**	**32,18**	**22,08**	**86,66**	**97,04**		
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
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
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	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Полдник	**156**	**3,88**	**5,96**	**21,82**	**4,32**		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
Ужин	**288**	**10,87**	**7,85**	**43,61**	**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	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	**1 721**	**75,12**	**62,17**	**215,62**	**139,23**		

Стоимость питания 179 руб.