

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

21.05.2024 вторник

[illegible]

Халаева А.М.
«Детский сад № 320»
г.о. Самара

Дети от 1 до 3 лет

21.05.2024 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	523	16,56	22,76	62,81	1,64		
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 кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	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	672	25,29	21,06	95,06	21,31		
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	32	0,46	2,46	1,98	8,17	40	14
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
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10		
Ватрушки (дрожжевое 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	339	9,40	9,19	54,73	18,87		
Картофель в молоке	178	4,05	8,23	21,96	18,86	180	137
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:	1 838	67,13	59,39	258,40	52,92		
Стоимость питания 179 руб.							