

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**22.05.2023 понедельник**

Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида
№ 320» городского округа Самар,
(МБДОУ «Детский сад № 320»
г.о.Самара)

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	456	12,71	18,03	60,77	1,22		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	618	23,31	19,50	87,04	8,28		
Салат из горошка зеленого консервированного	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
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
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Свекольник с картофелем на к/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	69
Полдник	210	8,48	10,97	19,50	0,84		
Молоко кипяченое	95	4,73	5,07	7,70	0,84	180	419
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	460	18,90	7,12	79,91	1,40		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из вишни	97	0,14	0,08	23,90	1,08	180	396
Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60	279
Итого за день:	1 791	63,80	55,62	258,52	13,74		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**22.05.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	431	10,39	15,51	62,43	0,62		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	708	28,09	25,52	91,58	10,92		
Салат из горошка зеленого консервированного	41	1,47	2,60	3,09	5,94	50	10
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	
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник	221	9,01	11,53	20,35	1,04		
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	494	21,63	8,00	83,60	1,63		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
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
Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
Итого за день:	1 901	69,53	60,56	269,26	16,21		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**22.05.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	340	9,94	8,31	56,23	0,62		
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	704	28,00	25,21	91,30	6,88		
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	
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник	152	3,86	5,93	20,90	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	494	21,63	8,00	83,60	1,63		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
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
Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
Итого за день:	1 737	63,83	47,45	263,33	11,15		