

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**23.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	479	14,74	20,08	59,88	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200 416	
Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5 182	
Второй завтрак	61	4,70	1,32	7,73	0,16		
Йогурт	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
Обед	537	19,67	15,58	79,64	96,36		
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	
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200 91	
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130 321	
Салат из картофеля с огурцами	43	0,80	1,90	5,80	3,74	50 24	
Полдник	224	5,58	2,44	44,91	2,47		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
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:	1 625	56,33	49,41	239,06	141,35		

Заведующего

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

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**23.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	511	17,79	23,38	57,41	1,77		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5 182	
Второй завтрак	61	4,70	1,32	7,73	0,16		
Йогурт	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
Обед	542	21,30	20,66	68,01	86,18		
Салат из картофеля с огурцами	34	0,64	1,52	4,64	2,99	40 24	
Суп картофельный с мучными клецками	63	1,96	2,13	9,07	3,01	180 91	
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	
Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110 321	
Полдник	215	5,55	2,42	42,72	2,23		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180 390	
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:	1 617	60,21	55,63	219,48	127,25		