

Каримова И.Р.
 (МБДОУ "Детский сад №320" г.о.Самара)

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**25.08.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	503	16,16	22,87	58,22	1,56		
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 "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5 183	
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	640	24,02	21,66	87,07	16,30		
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	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200 64	
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40 294	
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	40	0,57	3,07	2,47	10,21	50 14	
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
Ужин	582	35,33	19,34	66,50	0,39		
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	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5 250	
Итого за день:	2 004	83,57	73,14	252,29	106,94		

Заведующий

Каримова И.Р.
 МБДОУ "Детский сад №320" г.о.Самара
 №320 городского округа Самары
 (МБДОУ "Детский сад №320" г.о.Самара)

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**25.08.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	503	16,16	22,87	58,22	1,56		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Каша "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Обед	640	24,02	21,66	87,07	16,30		
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	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	40	0,57	3,07	2,47	10,21	50	14
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин	348	8,74	5,61	65,51	0,92		
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	
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:	1 702	51,98	57,91	242,80	106,87		