

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**29.05.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	424	11,74	17,64	54,66	0,97		
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	595	26,37	11,83	95,49	11,22		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	200	83
Гуляш из курицы	88	13,78	2,40	2,78	0,74	40/30	293
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник	276	4,61	5,90	51,22	0,48		
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	464	30,54	23,63	32,22	0,95		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:	1 806	73,66	59,00	244,89	15,62		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**29.05.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	388	10,76	16,70	48,86	0,90		
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	552	23,90	10,64	90,18	9,33		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы (филе)	75	11,80	2,07	2,39	0,63	30/30	293
Полдник	260	4,53	5,90	47,27	0,43		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	473	30,46	23,60	34,76	0,77		
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:	1 720	70,05	56,84	232,37	13,43		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**29.05.2023 понедельник**

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

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	324	6,39	12,03	47,67	0,02		
Каша вязкая пшенная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	594	26,36	11,82	95,49	12,07		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	8,53	200	83
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	88	13,78	2,40	2,78	0,74	40/30	293
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник	276	4,61	5,90	51,22	0,48		
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	417	27,14	19,83	32,22	1,46		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	265	21,68	18,84	2,05	0,68	170	229
Итого за день:	1 658	64,90	49,58	237,90	16,03		