

# Меню на 15.04.2024, День 6

ЧДОУ "Детский сад №262" ОАО РЖД (ДЕТИ)

## Сад

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная молочная жидкая	200	6,013	8,386	25,747	204,269
2. Чай с молоком и сахаром	250	3,115	3,56	10,032	85,956
3. Батон нарезной	30	2,052	0,8	13,354	69,034
4. Масло (порциями)	6	0,027	4,479	0,043	40,609
<b>Итого:</b>		<b>11,208</b>	<b>17,225</b>	<b>49,176</b>	<b>399,868</b>
<b>2й Завтрак</b>					
1. Соки фруктовые	150	1,304	0,145	26,337	110,1
<b>Итого:</b>		<b>1,304</b>	<b>0,145</b>	<b>26,337</b>	<b>110,1</b>
<b>Обед</b>					
1. Суп овощной на мясном бульоне	180	3,046	0,514	14,112	60,749
2. «Гречка по-Купечески»	160	16,505	19,121	35,729	380,804
3. Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,948	4,497	5,013	64,651
4. Компот из сушеных фруктов	200	0,029	0	12,803	51,773
5. Хлеб ржаной	20	0,972	0,175	6,707	32,342
6. Хлеб пшеничный	20	2,475	0,256	14,879	75,393
<b>Итого:</b>		<b>23,975</b>	<b>24,564</b>	<b>89,243</b>	<b>665,711</b>
<b>Полдник</b>					
1. Вареники ленивые с маслом	110	32,049	21,102	26,974	366,8
2. Чай сладкий	200	0	0	4,803	19,204
3. Яблоки печеные	100	1,023	1,023	14,326	59,861
4. Конфеты	30	0,515	1,901	13,611	71,254
<b>Итого:</b>		<b>33,587</b>	<b>24,026</b>	<b>59,714</b>	<b>517,118</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>70,073</b>	<b>65,96</b>	<b>224,471</b>	<b>1692,79</b>

## Аллергики

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
<b>Завтрак</b>					
1. Макароны изделия отварные	110	9,707	5,098	66,92	369,838
2. Икра кабачковая консервированная	70	1,824	8,208	7,788	111,264
3. Чай сладкий	200	0	0	6,726	26,889
4. Батон нарезной	30	2,052	0,8	13,354	69,034
<b>Итого:</b>		<b>13,583</b>	<b>14,106</b>	<b>94,787</b>	<b>577,025</b>
<b>2й Завтрак</b>					
1. Соки фруктовые	150	1,304	0,145	26,337	110,1
<b>Итого:</b>		<b>1,304</b>	<b>0,145</b>	<b>26,337</b>	<b>110,1</b>
<b>Обед</b>					
1. Суп овощной на мясном бульоне	180	3,415	0,588	16,06	68,599
2. «Гречка по-Купечески»	160	16,414	15,371	35,384	345,302
3. Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,948	4,497	5,013	64,651
4. Компот из сушеных фруктов	200	0,029	0	12,803	51,773
5. Хлеб ржаной	25	1,215	0,219	8,384	40,427
<b>Итого:</b>		<b>22,021</b>	<b>20,675</b>	<b>77,645</b>	<b>570,752</b>
<b>Полдник</b>					
1. Жаркое с птицей(филе)	200	13,222	16,362	27,255	284,517
2. Салат из зелёного горошка	60	1,883	4,193	3,949	60,939
3. Чай сладкий	200	0	0	6,726	26,889
4. Конфеты	30	0,515	1,901	13,611	71,254
5. Яблоки печеные	100	1,023	1,023	14,326	59,861
6. Хлеб пшеничный	25	3,094	0,32	18,599	94,239
<b>Итого:</b>		<b>19,738</b>	<b>23,8</b>	<b>84,465</b>	<b>597,698</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>56,646</b>	<b>58,726</b>	<b>283,234</b>	<b>1855,57</b>



Медицинская диетсестра \_\_\_\_\_ Краснова С.А

Заведующий Детский сад №262 ОАО РЖД \_\_\_\_\_ И.А Сафронова