

Меню на 16.04.2024, День 7

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

Сад

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
Завтрак					
1. Каша "Дружба"	200	5,842	8,553	28,629	217,223
2. Кофейный напиток с молоком	250	3,094	3,408	11,338	89,906
3. Батон нарезной	30	1,971	0,768	12,822	66,283
4. Масло (порциями)	6	0,035	5,788	0,056	52,48
Итого:	Итого:	10,941	18,517	52,845	425,892
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,138	3,567	5,993	77,055
Итого:	Итого:	4,138	3,567	5,993	77,055
Обед					
1. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	10,824	21,759	23,822	314,733
2. Бигус	140	8,94	17,586	13,852	242,628
3. Кисель из плодов или ягод свежих	250	0,035	0,024	23,214	99,431
4. Хлеб ржаной	20	0,935	0,169	6,45	31,102
Итого:	Итого:	20,734	39,537	67,338	687,893
Полдник					
1. Макароны отварные с сыром	200	9,685	10,184	40,719	305,371
2. Чай сладкий	200	0	0	6,569	26,262
3. Хлеб пшеничный	20	2,735	0,283	16,439	83,295
4. Вафли	30	1,075	5,713	11,764	102,71
Итого:	Итого:	13,495	16,18	75,491	517,638
Итого за день:	Итого за день:	49,308	77,802	201,668	1708,47

Аллергики

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
Завтрак					
1. Каша "Дружба"	200	5,842	8,553	28,629	217,223
2. Чай сладкий	200	0	0	9,197	36,768
3. Батон нарезной	30	1,971	0,768	12,822	66,283
Итого:	Итого:	7,813	9,321	50,648	320,274
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,138	3,567	5,993	77,055
Итого:	Итого:	4,138	3,567	5,993	77,055
Обед					
1. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,571	18,376	11,859	238,324
2. Бигус	160	12,361	20,864	19,939	305,117
3. Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,034	0,024	17,047	74,775
4. Хлеб ржаной	25	1,168	0,211	8,063	38,879
Итого:	Итого:	22,134	39,475	56,909	657,094
Полдник					
1. Макароны отварные с сыром	200	9,656	9,427	40,673	298,234
2. Чай сладкий	200	0	0	9,197	36,768
3. Вафли с начинками	30	1,075	5,713	11,764	102,71
Итого:	Итого:	10,731	15,14	61,633	437,711
Итого за день:	Итого за день:	44,816	67,503	175,182	1492,13

