

Меню на 19.04.2024, День 10

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

Сад

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
Завтрак					
1. Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,595	7,876	32,053	232,561
2. Кофейный напиток с молоком	250	3,057	3,361	10,792	87,15
3. Батон нарезной	30	2,731	1,064	17,769	91,862
4. Масло (порциями)	6	0,026	4,315	0,042	39,12
Итого:		12,409	16,616	60,656	450,694
2й Завтрак					
1. Соки фруктовые	150	1,299	0,144	26,232	109,66
Итого:		1,299	0,144	26,232	109,66
Обед					
1. Куриный бульон с гречками и яйцом	200	10,099	8,951	6,737	153,704
2. Пюре картофельное	100	6,616	4,021	32,779	159,976
3. Рыба, запеченная с овощами	80	19,583	6,848	5,794	158,632
4. Компот из свежих плодов	250	0,865	0,409	18,366	77,006
5. Хлеб ржаной	20	0,972	0,175	6,707	32,342
6. Хлеб пшеничный	20	1,297	0,134	7,794	39,493
Итого:		39,431	20,538	78,178	621,153
Полдник					
1. Творожное суфле	100	29,547	21,481	18,226	326,664
2. Молоко стухенное	35	1,743	2,057	13,433	79,389
3. Чай сладкий	200	0	0	5,916	23,653
4. Печенье	30	1,773	2,317	17,592	98,6
Итого:		33,063	25,856	55,167	528,305
Итого за день:		86,202	63,154	220,233	1709,81

Аллергики

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	
Завтрак					
1. Каша рассыпчатая пшенная с фруктами	205	10,787	3,016	76,411	378,685
2. Чай сладкий	200	0	0	8,283	33,117
3. Батон нарезной	30	2,731	1,064	17,769	91,862
Итого:		13,518	4,08	102,464	503,664
2й Завтрак					
1. Соки фруктовые	150	1,299	0,144	26,232	109,66
Итого:		1,299	0,144	26,232	109,66
Обед					
1. Куриный бульон с гречками	200	9,078	8,16	5,846	139,211
2. Пюре картофельное	150	5,761	5,134	30,389	158,253
3. Рыба, запеченная с овощами	80	19,31	31,401	4,264	372,336
4. Компот из свежих плодов	200	0,865	0,409	15,939	67,305
5. Хлеб ржаной	25	1,215	0,219	8,384	40,427
6. Хлеб пшеничный	25	1,621	0,168	9,743	49,367
Итого:		37,85	45,491	74,564	826,9
Полдник					
1. Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,037	6,124	46,291	280,312
2. Фрикадельки из мяса (паровые)	20	8,914	23,505	0	247,259
3. Чай сладкий	200	0	0	8,283	33,117
4. Печенье	30	1,773	2,317	17,592	98,6
Итого:		20,724	31,946	72,167	659,288
Итого за день:		73,391	81,66	275,427	2099,51



Медицинская диетсестра _____ Краснова С.А

Заведующий Детский сад №262 ОАО РЖД _____ И.А. Сафронова