

Меню на 14.05.2024, День 7

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

Сад

Аллергии

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша "Дружба"	200	6,117	10,025	29,297	234,316
2. Кофейный напиток с молоком	250	3,382	3,74	12,044	96,99
3. Батон нарезной	30	2,057	0,801	13,385	69,194
4. Масло (порциями)	6	0,045	7,425	0,072	67,32
	Итого:	11,602	21,992	54,797	467,821
2й Завтрак					
1. Ряженка	200	4,143	3,571	6	77,143
	Итого:	4,143	3,571	6	77,143
Обед					
1. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	11,971	23,056	31,496	363,784
2. Бигус	140	14,631	26,514	26,657	388,046
3. Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,034	0,023	23,385	99,978
4. Хлеб ржаной	20	0,915	0,165	6,312	30,436
	Итого:	27,55	49,758	87,849	882,244
Полдник					
1. Макароны отварные с сыром	200	11,87	13,104	47,822	371,101
2. Чай сладкий	200	0	0	6,871	27,471
3. Хлеб пшеничный	20	2,329	0,241	14,003	70,951
4. Вафли	30	1,656	8,804	18,129	158,283
	Итого:	15,855	22,149	86,825	627,806
	Итого за день:	59,15	97,47	235,472	2055,01

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша "Дружба"	200	6,117	10,025	29,297	234,316
2. Чай сладкий	200	0	0	9,621	38,464
3. Батон нарезной	30	2,057	0,801	13,385	69,194
	Итого:	8,175	10,827	52,303	341,974
2й Завтрак					
1. Ряженка	200	4,143	3,571	6	77,143
	Итого:	4,143	3,571	6	77,143
Обед					
1. Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	9,222	18,183	16,005	256,727
2. Бигус	160	12,171	20,383	22,553	305,393
3. Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,036	0,023	27,876	117,935
4. Хлеб ржаной	25	1,143	0,206	7,89	38,046
	Итого:	22,573	38,795	74,325	718,101
Полдник					
1. Макароны отварные с сыром	200	11,832	10,982	47,762	351,591
2. Чай сладкий	200	0	0	9,621	38,464
3. Хлеб пшеничный	25	2,912	0,301	17,503	88,688
4. Вафли	30	1,656	8,804	18,129	158,283
	Итого:	16,4	20,087	93,015	637,025
	Итого за день:	51,29	73,281	225,643	1774,24



Медицинская диетсестра _____ Краснова С.А

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