

# Меню на 13.05.2024, День 6

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

## Сад

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная молочная жидкая	200	6,168	8,944	26,391	212,533
2. Чай с молоком и сахаром	250	3,195	3,651	10,278	88,114
3. Батон нарезной	30	2,24	0,873	14,575	75,346
4. Масло (порциями)	6	0,03	5,006	0,049	45,389
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>11,634</b>	<b>18,474</b>	<b>51,292</b>	<b>421,382</b>
<b>2й Завтрак</b>					
1. Соки фруктовые	150	1,333	0,148	26,933	112,592
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>1,333</b>	<b>0,148</b>	<b>26,933</b>	<b>112,592</b>
<b>Обед</b>					
1. Суп овощной на мясном бульоне	180	3,786	0,653	18,095	78,004
2. «Гречка по-Купечески»	160	15,994	18,643	36,109	375,97
3. Салат из свеклы с огурцами солеными	60	1,103	5,562	5,668	77,641
4. Компот из сушеных фруктов	200	0,027	0	12,826	51,828
5. Хлеб ржаной	20	0,994	0,179	6,864	33,095
6. Хлеб пшеничный	20	2,533	0,262	15,226	77,147
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>24,437</b>	<b>25,299</b>	<b>94,787</b>	<b>693,685</b>
<b>Полдник</b>					
1. Вареники ленивые с маслом	110	31,854	21,06	27,622	366,715
2. Чай сладкий	200	0	0	4,915	19,651
3. Яблоки печеные	100	0,846	0,846	11,839	49,47
4. Конфеты	30	0,527	1,945	13,927	72,91
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>33,227</b>	<b>23,851</b>	<b>58,304</b>	<b>508,745</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>Итого за день:</b>	<b>70,631</b>	<b>67,772</b>	<b>231,316</b>	<b>1736,40</b>

## Аллергии

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Макароны изделия отварные	100	9,707	4,805	66,92	367,2
2. Икра кабачковая консервированная	70	1,14	5,13	4,868	69,54
3. Чай сладкий	200	0	0	6,881	27,511
4. Батон нарезной	30	2,24	0,873	14,575	75,346
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>13,087</b>	<b>10,808</b>	<b>93,243</b>	<b>539,597</b>
<b>2й Завтрак</b>					
1. Соки фруктовые	150	1,333	0,148	26,933	112,592
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>1,333</b>	<b>0,148</b>	<b>26,933</b>	<b>112,592</b>
<b>Обед</b>					
1. Суп овощной на мясном бульоне	180	3,786	0,653	18,095	78,004
2. «Гречка по-Купечески»	160	15,899	14,453	35,754	336,45
3. Салат из свеклы с огурцами солеными	60	1,103	5,562	5,668	77,641
4. Компот из сушеных фруктов	200	0,027	0	12,826	51,828
5. Хлеб ржаной	25	1,243	0,224	8,579	41,367
6. Хлеб пшеничный	25	3,166	0,328	19,032	96,434
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>25,224</b>	<b>21,219</b>	<b>99,953</b>	<b>681,724</b>
<b>Полдник</b>					
1. Жаркое с птицей(филе)	200	19,755	21,043	33,295	372,52
2. Салат из зеленого горошка	60	1,877	3,899	3,936	58,224
3. Чай сладкий	200	0	0	6,881	27,511
4. Яблоки печеные	100	0,846	0,846	11,839	49,47
5. Конфеты	30	0,527	1,945	13,927	72,91
<b>Итого:</b>	<b>Итого:</b>	<b>23,005</b>	<b>27,733</b>	<b>69,878</b>	<b>580,635</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>Итого за день:</b>	<b>62,649</b>	<b>59,909</b>	<b>290,009</b>	<b>1914,54</b>



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

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