

МБДОУ Детский сад №315

Заведующий **УТВЕРЖДАЮ**

/ Захарова Ольга Юрьевна/

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

**МЕНЮ**  
24.01.2024 среда

Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)
<b>ЗАВТРАК</b>	385	11,25	16,78	47,21	1,35	440	
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		40	
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	
Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,25	5,47	17,97	0,73	200	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
Йогурт	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
<b>ОБЕД</b>	581	21,93	23,72	69,77	108,88	695	
Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40	
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	205	
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	
Пюре картофельное	115	2,64	3,91	17,36	9,00	130	
<b>ПОЛДНИК</b>	251	4,25	4,24	49,15	2,40	250	
Булочка ванильная	161	3,95	4,06	27,24		50	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	
<b>УЖИН</b>	498	26,03	14,65	65,39	0,27	450	
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	200	
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пудинг из творога (запеченный)	305	19,64	13,46	26,29	0,25	190	
<b>Итого за день</b>	<b>1 776</b>	<b>68,16</b>	<b>60,71</b>	<b>239,25</b>	<b>113,06</b>		<b>179,00</b>