

МБДОУ Детский сад №315



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/Захарова Ольга Юрьевна/

Кухня

Дети 3-7 (диета)

МЕНЮ

11.04.2024 четверг

Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)
ЗАВТРАК	372	10,48	13,46	52,04	1,13	416	
Какао (аллергик) без сахара	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	
Каша 'Дружба' на воде (аллергик)	216	5,80	6,69	32,98	0,51	200	
Хлебец кукурузный с маслом	55	0,98	3,02	5,84		16	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	47	0,40	0,00	11,30	2,00	100	
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	
ОБЕД	711	27,92	23,35	97,31	11,31	690	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	70	
Компот из вишни без сахара	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	
Рис отварной гарнир	182	3,17	4,66	31,79		130	
Салат из моркови и яблок	33	0,34	2,09	3,15	2,78	40	
ПОЛДНИК	85	0,34	0,05	20,47	24,00	206	
Компот из черной смородины без сахара	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	
Хлебцы кукурузные	3	0,06		0,48		6	
УЖИН	488	22,93	18,28	57,69	0,76	425	
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Чай с лимоном без сахара	20	0,16	0,04	4,58	0,76	195	
Пюре из бобовых с растительным маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	
Итого за день	1 703	62,07	55,14	238,81	39,20		179,00