

МБДОУ Детский сад №315



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/Захарова Ольга Юрьевна/

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

**МЕНЮ**

**16.04.2024 вторник**

Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)
<b>ЗАВТРАК</b>	439	10,46	16,85	61,36	0,96	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	
Каша вязкая рисовая (на молоке и воде)	196	4,46	5,54	32,12	0,34	200	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	47	0,40	0,00	11,30	2,00	100	
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	
<b>ОБЕД</b>	645	25,71	19,44	91,62	13,31	700	
Салат из горошка зеленого консервированного	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	
Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	80	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	
Солянка на мясном бульоне	96	2,43	3,92	12,84	5,36	200	
<b>ПОЛДНИК</b>	298	8,42	15,99	30,21	0,69	250	
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	
Варенец	164	6,00	12,00	8,20	0,60	200	
<b>УЖИН</b>	542	34,41	26,48	41,40	0,21	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	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	349	28,02	25,29	2,30	0,19	190	
<b>Итого за день</b>	<b>1 971</b>	<b>79,40</b>	<b>78,76</b>	<b>235,89</b>	<b>17,17</b>		<b>179,00</b>