

СТОИМОСТЬ ДНЯ-179 руб

Заведующий МБДОУ №240 г.о. Самара  
Свищева Н.И.

**МЕНЮ**

Дата 19.04 2025 г.



Категория: Сад (с 3 до 7 лет)  
Меню на 2 недели среда

Присм наименование блюда	Вы ход блю да (г)	Эн. ц (кка л)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>													
Суп молочный с крупой (геркулес)	180	157	6	7	18	0,1 4	2	42	0,1	207, 4	193,8	47,8	1
Чай с лимоном	20 0	41	0,1	0	10	0	2,6	0	0	3	1,7	0,9	0
Бутерброд с маслом	15/ 5	136	2,4	7,5	14,6	0	0	20	0	9,3	11,2	2,1	0,6
<b>Второй завтрак</b>													
Кисломолочный напиток	100	10 1	5	4	8	0	0	39,9	0	247	183,4	27,3	0,2
<b>Обед</b>													
Икра свекольная	50	26	0,4	1	2,2	0	8,4	0	0	13,3	10,1	5,4	0,2
Суп с клецками	173 17	70	1,6	2,6	9,7	0	4,6	15,7	0	34,2	65,3	20,0	0,8
Гуляш из отварного мяса	70	185	12	9	12,3	0,6	0,2	25	0	34	178	22,2	1
Каша рассыпчатая (греча)	130	243	8,6	6,9	38,8	0,3	0	20,2	0	16,6	210,7	140,1	4,7
Компот из сухих фруктов	180	102	0,4	0	24	0,4	0,6	0	0	20	13	5	13
Хлеб пшеничный	30	70	2,3	0,3	14,5	0	0	0	0	6	19,5	14,2	0,6
Хлеб ржаной	50	52	1,9	0,3	10	0	0	0	0	5,4	27,6	6	0,8
<b>Уплотнительный полдник</b>													
Кондитерское изделие	50	170	3,5	5,2	10,7	0	0	0	0	0	0	0	0
Макаронные изделия отварные	170	171	6	4,3	27,9	0	0	20	0	11,7	47,7	8,4	0,85
Икра кабачковая (промышленного производства)	50	28	0,4	1,8	2	0	2	0	0	10	12,2	7	0,5
Биточки рубленные из птицы	70	185	12	9	11,3	0,6	0,1	22	0	33	178	22,2	1,7
Чай с фруктовым соком	20 0	38	0	0	9	0	0,3	0	0	0,3	0,1	0,9	0
Хлеб пшеничный	30	70	2,3	0,3	14,5	0	0	0	0	6	19,5	14,2	0,6
<b>Всего за день</b>	<b>1780</b>	<b>1831</b>	<b>63,8</b>	<b>57,9</b>	<b>254,3</b>	<b>2,04</b>	<b>20,9</b>	<b>204,8</b>	<b>0,1</b>	<b>654,8</b>	<b>1171,8</b>	<b>343,7</b>	<b>28,1 6</b>