

МЕНЮ

11.08.2026 вторник

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ ре- ц
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	465	13.16	20.09	62.80	485	
Бутерброды с маслом и сыром.	55	6.52	12.26	11.20	181	003/2
Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	107	414/2
Каша рисовая вязкая молочная	200/5/5	3.09	4.07	36.98	197	182/4
Второй завтрак	100	0.40	0.40	9.80	44	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	730	26.02	25.03	97.53	720	
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.48	3.07	1.54	36	015/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/5	6.51	4.35	40.05	225	179/17
Компот из кураги	200	0.56		19.91	82	394/4
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	200/5	2.46	5.55	7.75	91	073
Полдник	250	16.48	6.28	37.70	273	
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	50	6.48	3.28	20.70	138	441/1
Йогурт	200	10.00	3.00	17.00	135	011
Ужин	450	9.85	7.74	58.81	345	
Картофель в молоке	200	4.44	6.76	24.24	176	0137/2
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 995	65.91	59.54	266.64	1 867	