

МЕНЮ

13.08.2026 четверг

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	450	15.92	22.88	49.41	467	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419/2
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199/2
Второй завтрак	100	0.40	0.40	9.80	44	
Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	44	386/1
Обед	700	18.87	14.72	84.06	544	
Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	055/1
Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Компот из вишни	200	0.30	0.18	21.91	90	390/4
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	082/1
Полдник	250	8.98	15.75	30.31	299	
Крендель сахарный	50	2.98	3.75	22.11	134	443
Ряженка	200	6.00	12.00	8.20	165	420/8
Ужин	450	11.06	5.42	81.09	417	
Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Рис отварной с овощами	180	2.90	2.40	26.74	140	334
Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392/2
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 950	55.23	59.17	254.67	1 771	