

МЕНЮ

14.08.2026 пятница

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ ре- ц
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	450	11.58	15.53	66.11	450	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Какао с молоком	200	3.70	3.75	13.22	101	416/2
Каша кукурузная вязкая молочная	200/5/5	5.43	4.23	38.27	213	182/5
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	720	24.77	24.17	89.43	675	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Икра кабачковая	50	0.94	3.96	3.89	55	054
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Борщ с картофелем на к/б	200	2.49	4.70	12.63	103	064
Полдник	250	3.06	7.77	32.00	211	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417/2
Ужин	400	31.81	17.18	62.74	533	
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
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	150	26.40	16.20	28.17	364	250/2
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 920	71.62	64.65	261.58	1 916	