

МЕНЮ

19.08.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ ре- с
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	440	10.44	15.86	45.97	368	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Чай с молоком	200	2.74	2.84	13.38	90	413/2
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.25	5.47	17.97	142	100/2
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	720	23.61	16.82	83.12	579	
Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	10.08	7.24	4.86	125	299/2
Пюре картофельное	150	3.05	4.51	20.03	133	339
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Суп картофельный с горохом	200	4.72	4.07	14.79	115	087/4
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Огурцы свежие	50	0.40	0.05	0.80	5	013
Полдник	250	13.75	8.90	28.80	250	
Пряники	50	3.75	5.90	11.80	115	2
Йогурт	200	10.00	3.00	17.00	135	011
Ужин	410	23.61	15.35	59.09	470	
Пудинг творожно-манный с повидлом	160	18.15	14.36	28.92	318	249/2
Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412/2
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.	1 920	71.81	56.93	228.28	1 714	