

МЕНЮ

21.08.2026 пятница

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	Кухня
		Белки	Жиры	Угле- воды		№ реп
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	440	13.82	20.55	54.23	457	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	107	414/2
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200	7.82	9.24	24.99	214	199/2
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	750	30.59	25.24	114.85	810	
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.48	3.07	1.54	36	015/2
Котлеты рубленые из курицы	70	13.35	13.26	5.61	195	322/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	50	6.60	1.20	34.10	174	004
Каша пшенная рассыпчатая с маслом	150/5	6.52	5.17	36.35	218	Ф179/5
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Суп картофельный с крупой рисовой к/б	200	1.58	2.19	11.66	73	086/4
Полдник	250	2.57	4.06	33.15	180	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	394/5
Ужин	400	31.77	19.07	55.90	523	
Запеканка из творога	120/30	26.31	18.08	25.73	371	Ф251/2
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.	1 940	79.15	68.92	269.43	2 017	