

МЕНЮ

19.10.2026 понедельник

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	405	10.64	16.60	49.76	390	
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	180/5	4.86	5.67	23.24	163	183/10
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Какао с молоком	180	3.33	3.38	11.90	91	416/2
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	640	20.92	16.45	93.64	607	
Салат из кукурузы (консервированной)	40	0.82	2.55	4.97	46	012
Суп картофельный на к/б	180	2.40	1.94	17.66	98	083
Фрикадельки из птицы	60	8.82	7.88	5.85	130	Ф325/1
Компот из смеси сухофруктов	180	0.05		15.45	62	394/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3.53	3.13	24.24	139	179/13
Полдник	230	4.05	5.90	31.60	195	
Компот из изюма	180	0.30		19.80	80	394/5
Пряники	50	3.75	5.90	11.80	115	2
Ужин	400	27.52	20.94	35.32	439	
Чай с лимоном	200	0.09	0.01	8.04	32	412/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Рыба запеченная в омлете (минтай)	150	22.13	19.98	1.81	275	229/1
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 775	63.53	59.89	221.62	1 678	

МЕНЮ

19.10.2026 понедельник

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ реп
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	445	11.74	17.64	54.66	424	
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	200/5	5.59	6.34	26.82	187	183/10
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
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	710	24.40	19.98	100.41	680	
Фрикадельки из птицы	80	11.82	10.55	7.70	173	Ф325/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3.53	3.13	24.24	139	179/13
Салат из кукурузы (консервированной)	50	1.02	3.19	6.21	58	012
Суп картофельный на к/б	180/20	2.67	2.16	19.62	109	083/1
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Полдник	250	4.09	5.90	33.80	204	
Пряники	50	3.75	5.90	11.80	115	2
Компот из изюма	200	0.34		22.00	89	394/5
Ужин	420	30.54	23.63	32.22	464	
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
Рыба запеченная в омлете (минтай)	170	25.08	22.64	2.05	312	229/1
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 925	71.17	67.15	232.39	1 819