

МЕНЮ

21.10.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ реп
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	410	22.76	22.43	51.52	499	
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
Пудинг из творога (запеченный)	150/20	17.57	12.04	23.52	273	249/1
Второй завтрак	100	3.00	6.00	4.10	82	
Ряженка	100	3.00	6.00	4.10	82	420/8
Обед	705	34.42	28.93	85.42	741	
Котлеты рубленые из курицы	70	13.35	13.26	5.61	195	322/2
Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Пюре из бобовых с маслом	130	11.97	5.34	27.44	206	199
Салат из моркови с изюмом	50	0.70	0.05	9.16	40	043
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	200/5	2.46	5.55	7.75	91	073
Полдник	250	4.05	6.08	33.71	205	
Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	1
Компот из вишни	200	0.30	0.18	21.91	90	390/4
Ужин	450	10.66	6.45	52.54	311	
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
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.25	5.47	17.97	142	100/2
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 915	74.89	69.89	227.29	1 838	

МЕНЮ

21.10.2026 среда

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	Кухня
		Белки	Жиры	Угле- воды		№ рец
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	370	18.96	18.85	44.12	422	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Пудинг из творога (запеченный)	150	13.62	8.25	17.24	198	249/1
Чай с молоком	180	2.89	3.05	12.26	88	413/1
Второй завтрак	100	3.00	6.00	4.10	82	
Ряженка	100	3.00	6.00	4.10	82	420/8
Обед	645	29.67	22.96	79.47	644	
Салат из моркови с изюмом	40	0.56	0.04	7.33	32	043
Котлеты рубленые из курицы	60	9.05	8.21	4.60	129	322/1
Напиток из плодов шиповника	180	0.57	3.41	7.63	63	417/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Пюре из бобовых с маслом	130	11.97	5.34	27.44	206	199
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	180/5	2.22	5.01	7.00	82	073
Полдник	230	4.02	6.06	31.52	196	
Компот из вишни	180	0.27	0.16	19.72	81	390/4
Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	1
Ужин	410	10.09	5.88	48.95	289	
Суп молочный с макаронными изделиями	180	4.74	4.92	16.18	128	100/2
Чай с сахаром	180	0.05	0.01	7.30	29	411/1
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.	1 755	65.74	59.75	208.16	1 633	