

МЕНЮ

01.03.2023 среда

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	315	7,83	13,05	41,70	0,83		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,27	5,47	17,98	0,81	200	100
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	623	23,10	20,82	85,65	21,40		
Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник	282	13,26	6,77	42,13	1,20		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	415	20,34	12,71	54,50	0,93		
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 679	64,92	53,74	233,77	34,37		

МЕНЮ

01.03.2023 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	293	7,24	12,48	38,10	0,67		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	602	22,92	19,93	82,69	18,00		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
Полдник	269	12,26	6,47	40,43	1,08		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	424	20,26	12,68	57,04	0,75		
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 632	63,08	51,96	228,06	30,50		