

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**01.07.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		458	12,09	18,16	61,64	1,14		
	Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		702	25,94	22,69	98,32	10,57		
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин		464	30,53	23,62	32,23	0,95		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:		1 876	73,01	70,55	237,20	17,06		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**01.07.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		394	8,50	14,44	57,52	0,54		
	Каша "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		702	25,94	22,69	98,32	10,57		
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин		464	30,53	23,62	32,23	0,95		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:		1 812	69,41	66,83	233,08	16,46		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**01.07.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		426	11,15	17,13	57,02	0,97		
	Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		606	21,15	16,78	92,39	8,78		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
	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	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Полдник		196	4,02	6,06	31,52	2,16		
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		473	30,45	23,59	34,77	0,77		
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:		1 748	67,17	63,56	227,00	14,68		
Стоимость питания 179 руб.								