

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
01.08.2023 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	461	14,55	19,83	56,32	1,89		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Обед	525	18,89	12,19	85,02	30,62		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130	321
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	193	3,41	3,84	36,27	4,80		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Ужин	357	8,62	12,57	52,44	24,79		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рагу из овощей	188	3,21	11,59	17,87	24,77	200	148
Итого за день:	1 536	45,47	48,43	230,05	62,10		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

01.08.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	479	14,74	20,08	59,88	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	525	18,89	12,19	85,02	30,62		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130	321
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	180	5,43	2,33	34,14	4,87		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Ужин	357	8,62	12,57	52,44	24,79		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рагу из овощей	188	3,21	11,59	17,87	24,77	200	148
Итого за день:	1 588	48,08	47,17	242,78	63,32		