

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

01.10.2024 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		506	17,55	23,38	56,55	1,75		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5 182	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		569	20,24	19,65	77,82	9,10		
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40 23	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180 390	
	Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110 321	
	Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180 69	
Полдник		197	5,85	5,67	30,63	79,27		
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29		
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180 411	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5 148	
Итого за день:		1 647	52,28	60,49	223,65	117,41		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**01.10.2024 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		470	14,61	20,21	57,61	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 ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5 182	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		681	24,85	25,12	89,17	14,63		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200 321	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50 23	
	Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200 69	
Полдник		211	5,92	6,04	32,99	88,07		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	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	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10 148	
Итого за день:		1 764	54,40	64,34	242,01	132,96		
Стоимость питания 179 руб.								