

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

## МЕНЮ

02.02.2024 пятница

| Наименование                         | Энерг.<br>цен. | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | №<br>рец |
|--------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|----------|
| <b>Завтрак</b>                       | <b>708</b>     | <b>39,89</b> | <b>36,51</b> | <b>54,98</b>  | <b>1,45</b>  |         |          |
| Бутерброды с маслом и сыром          | 181            | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42         | 55      | 3        |
| Кофейный напиток с молоком           | 107            | 3,55         | 3,76         | 14,62         | 0,62         | 200     | 414      |
| Запеканка из творога                 | 420            | 29,82        | 20,49        | 29,16         | 0,41         | 140/30  | 251      |
| <b>Второй завтрак</b>                | <b>44</b>      | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>10,00</b> |         |          |
| Яблоки                               | 44             | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 10,00        | 100     | 386      |
| <b>Обед</b>                          | <b>539</b>     | <b>14,79</b> | <b>13,27</b> | <b>90,05</b>  | <b>32,85</b> |         |          |
| Капуста тушеная с мясом              | 130            | 3,69         | 6,45         | 14,38         | 20,52        | 130/70  | 354      |
| Хлеб пшеничный                       | 45             | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |          |
| Хлеб ржаной                          | 174            | 6,60         | 1,20         | 34,10         |              | 50      |          |
| Компот из смеси сухофруктов          | 69             | 0,06         |              | 17,17         |              | 200     | 394      |
| Салат из репчатого лука              | 48             | 0,70         | 3,00         | 4,55          | 5,00         | 50      | 11       |
| Суп картофельный с крупой рисовой    | 73             | 1,74         | 2,27         | 11,43         | 7,33         | 200     | 86       |
| <b>Полдник</b>                       | <b>250</b>     | <b>13,75</b> | <b>8,90</b>  | <b>28,80</b>  | <b>1,20</b>  |         |          |
| Пряники                              | 115            | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |          |
| Йогурт                               | 135            | 10,00        | 3,00         | 17,00         | 1,20         | 200     |          |
| <b>Ужин</b>                          | <b>565</b>     | <b>20,33</b> | <b>26,93</b> | <b>60,13</b>  | <b>18,45</b> |         |          |
| Хлеб пшеничный                       | 45             | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |          |
| Хлеб ржаной                          | 87             | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |          |
| Салат из кукурузы (консервированной) | 58             | 1,02         | 3,19         | 6,21          | 2,23         | 50      | 12       |
| Кисель из черной смородины           | 105            | 0,20         | 0,04         | 25,90         | 16,00        | 200     | 396      |
| Омлет натуральный                    | 270            | 13,81        | 22,75        | 2,55          | 0,22         | 150     | 229      |
| <b>Итого за день:</b>                | <b>2 106</b>   | <b>89,16</b> | <b>86,01</b> | <b>243,76</b> | <b>63,95</b> |         |          |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>    |                |              |              |               |              |         |          |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

## МЕНЮ

02.02.2024 пятница

| Наименование                         | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                       | <b>636</b>   | <b>35,51</b> | <b>33,18</b> | <b>48,73</b>  | <b>1,25</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом и сыром          | 181          | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42         | 55      | 3     |
| Запеканка из творога                 | 371          | 26,31        | 18,08        | 25,73         | 0,36         | 120/30  | 251   |
| Кофейный напиток с молоком           | 84           | 2,68         | 2,84         | 11,80         | 0,47         | 180     | 414   |
| <b>Второй завтрак</b>                | <b>44</b>    | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>10,00</b> |         |       |
| Яблоки                               | 44           | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 10,00        | 100     | 386   |
| <b>Обед</b>                          | <b>498</b>   | <b>14,07</b> | <b>11,51</b> | <b>84,51</b>  | <b>26,01</b> |         |       |
| Салат из репчатого лука              | 34           | 0,53         | 2,11         | 3,31          | 1,60         | 40      | 11    |
| Компот из смеси сухофруктов          | 62           | 0,05         |              | 15,45         |              | 180     | 394   |
| Хлеб пшеничный                       | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                          | 174          | 6,60         | 1,20         | 34,10         |              | 50      |       |
| Суп картофельный с крупой рисовой    | 66           | 1,57         | 2,04         | 10,29         | 5,94         | 180     | 86    |
| Капуста тушеная с мясом              | 117          | 3,32         | 5,81         | 12,94         | 18,47        | 130/50  | 354   |
| <b>Полдник</b>                       | <b>237</b>   | <b>12,75</b> | <b>8,60</b>  | <b>27,10</b>  | <b>1,08</b>  |         |       |
| Пряники                              | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |       |
| Йогурт                               | 122          | 9,00         | 2,70         | 15,30         | 1,08         | 180     |       |
| <b>Ужин</b>                          | <b>506</b>   | <b>18,27</b> | <b>23,26</b> | <b>55,96</b>  | <b>16,38</b> |         |       |
| Салат из кукурузы (консервированной) | 46           | 0,82         | 2,55         | 4,97          | 1,79         | 40      | 12    |
| Хлеб пшеничный                       | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                          | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Кисель из черной смородины           | 94           | 0,18         | 0,04         | 23,31         | 14,40        | 180     | 396   |
| Омлет натуральный                    | 234          | 11,97        | 19,72        | 2,21          | 0,19         | 130     | 229   |
| <b>Итого за день:</b>                | <b>1 921</b> | <b>81,00</b> | <b>76,95</b> | <b>226,10</b> | <b>54,72</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>    |              |              |              |               |              |         |       |