


Хайруллина А.М.

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
02.09.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		294	7,48	4,79	55,24	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 117	
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		25	
	Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		190/10 148	
Обед		908	44,71	45,24	80,47	13,62		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,12		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200/69	
	Салат из картофеля с огурцами	43	0,80	1,90	5,80	3,74	50/24	
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200/144	
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130 321	
Полдник		224	3,90	7,55	35,12	88,00		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200/11	
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		25	
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 117	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,12		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	
		1 784	64,71	70,15	223,27	120,86		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

02.09.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		461	13,48	18,67	59,97	1,33		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10/1	
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180/23	
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/100	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	180/100	
Обед		689	30,51	30,46	73,42	11,89		
	Салат из картофеля с огурцами	34	0,64	1,52	4,64	2,99	40/24	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Свекольник с картофелем на к/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180/64	
	Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180/394	
	Плов из птицы (рис)	407	23,12	23,87	25,00	0,54	60/100/333	
Полдник		197	5,85	5,67	30,63	79,27		
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180/100	
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	20/15	
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29		
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180/100	
	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:		1 722	58,48	66,59	222,67	119,78		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

02.09.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		425	10,54	15,50	61,03	0,62		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	2,55	11,62			
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62		
	Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200 35 18	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		908	44,71	45,24	80,47	13,62		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200 59	
	Салат из картофеля с огурцами	43	0,80	1,90	5,80	3,74	50 14	
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200 18	
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,84	10,59	200 18	
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	190/10 198	
		1 946	70,19	79,75	236,73	131,53		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.