

Дети от 3 до 7 лет

02.10.2024 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		383	11,59	17,09	45,75	1,35		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200	101
		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Второй завтрак								
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		599	23,20	19,01	83,69	18,91		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
		250	13,75	8,90	28,80	1,20		
Полдник								
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		457	25,10	14,45	56,46	1,03		
	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	
	Пудинг из творога (запеченный)	305	19,64	13,46	26,29	0,25	170/20	749
	Итого за день:	1 733	74,04	59,85	224,50	32,49		
	Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**02.10.2024 среда**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		346	10,16	15,59	41,27	1,13		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		591	23,11	19,00	81,81	18,41		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	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	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник		237	12,75	8,60	27,10	1,08		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		389	20,95	10,36	53,08	0,80		
	Пудинг из творога (запеченный)	224	15,44	9,35	19,54	0,20	150/20	249
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 607	67,37	53,95	213,06	31,42		
Стоимость питания 179 руб.								