

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

03.03.2026 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	373	12,89	9,59	58,96	0,62		
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		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	944	44,72	45,93	87,83	35,08		
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	416
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	25	
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130	321
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	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	411
	1 912	70,04	72,33	245,30	69,72		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

Заведующий

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

03.03.2026 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
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	185
Обед	718	30,51	30,75	79,89	28,10		
Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40	14
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	294
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	69
Плов из птицы (рис)	407	23,12	23,87	25,00	0,54	60/100	321
Полдник	175	5,41	2,32	33,02	4,39		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	170
Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
Ужин	331	8,24	11,39	48,85	17,29		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	417
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: Стоимость питания 210 руб.	1 774	62,11	68,24	228,11	61,53		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**03.03.2026 вторник**

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	944	44,72	45,93	87,83	35,08		
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	69
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130	321
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	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: Стоимость питания 210 руб.	1 996	73,78	81,44	241,82	70,21		