

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**03.05.2024 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	463	22,82	23,35	40,24	1,05		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,16	150	249
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	481	14,23	10,08	83,28	28,46		
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	130/70	354
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	
Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
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	395	17,35	20,68	34,92	0,79		
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		1 623	67,55	62,71	196,84	33,38	
Стоимость питания 179 руб.							

Халаева А.М.

Дети от 3 до 7 лет

03.05.2024 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	561	27,64	28,06	49,34	1,24		
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
Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,20	170	249
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	496	14,33	10,24	86,53	29,62		
Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
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
Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник	250	13,75	8,90	28,80	1,20		
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	386	17,43	20,71	32,38	0,97		
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	
Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.	1 740	73,55	67,91	208,35	35,03		