

МЕНЮ

03.06.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	448	15,96	22,85	44,52	1,67		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	699	30,25	25,53	86,99	20,23		
Салат из свеклы	34	0,54	2,15	3,15	1,52	40	34
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	76	1,54	4,88	6,52	9,03	180/5	73
Жаркое по-домашнему с курицей	304	19,39	16,90	18,52	9,68	60/110	292
Полдник	263	9,15	16,70	19,18	0,97		
Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	363	15,61	17,70	35,47	0,17		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Итого за день:	1 820	71,37	82,78	197,46	25,04		

МЕНЮ

03.06.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	513	18,28	25,72	52,06	2,00		
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
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	689	30,67	28,98	76,41	23,77		
Салат из свеклы	43	0,68	2,69	3,94	2,38	50	34
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Жаркое по-домашнему с курицей	357	22,80	19,88	21,78	11,39	70/130	292
Полдник	280	9,75	17,90	20,00	0,60		
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	371	15,67	17,72	37,27	0,18		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Итого за день:	1 900	74,77	90,32	197,04	28,55		