

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**03.10.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		663	35,82	31,80	58,40	1,03		
	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
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30	251
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		781	28,17	23,02	115,06	12,18		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
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		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		2 333	94,47	100,05	263,39	42,26		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

03.10.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		591	31,44	28,47	52,15	0,83		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30	251
	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		738	26,93	20,30	111,91	6,85		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
	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	
	Каша пшениная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	292
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	2,07	1,94	11,87	4,75	180	86
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		506	18,27	23,26	55,96	16,38		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	276
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		2 142	86,19	89,13	249,00	35,03		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

03.10.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		781	28,17	23,02	115,06	12,18		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 293	
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
Полдник		152	3,86	5,93	20,90	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12	
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200 396	
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 810	61,12	60,32	255,40	40,67		