



Халаева А.М.

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
04.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		485	14,59	20,09	61,28	1,04	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	50
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200
	Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		555	18,48	14,69	87,28	35,77	700
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50
	Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200
	Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200
Полдник		211	5,92	6,04	32,99	88,07	250
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	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
Итого за день:		1 653	48,01	53,79	243,79	154,10	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
04.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		506	17,02	22,74	58,21	1,66	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		561	20,22	19,53	76,09	28,54	600
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110
	Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180
Полдник		197	5,85	5,67	30,63	79,27	230
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29	410
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	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
Итого за день:		1 639	51,73	59,73	223,58	136,76	
Стоимость питания 179 руб.							