

МЕНЮ

04.06.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		450	15.92	22.88	49.41	467	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	18.81	14.68	89.98	567	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Компот из яблок и смородины черной.	200	0.24	0.14	27.83	113	391
Полдник		250	3.09	3.78	31.21	171	
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Крендель сахарный	50	2.98	3.75	22.11	134	443
Ужин		470	17.46	12.70	85.61	526	
	Яйца вареные 1/2	70	8.37	7.07	0.46	98	227
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день: стоимость питания 210,00		1 970	55.68	54.04	267.51	1 778	