

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**04.07.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		414	13,95	20,37	43,84	1,72		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак		64	0,75		15,15	3,00		
	Сок яблочный	64	0,75		15,15	3,00	200	418
Обед		574	23,92	17,73	79,72	29,39		
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
	Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160	319
	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	396
	Икра свекольная	40	0,94	1,84	4,94	2,69	40	55
Полдник		196	3,03	3,75	37,56			
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин		524	19,23	11,03	86,67	8,54		
	Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
	Котлеты или биточки рыбные запеченные(горбуша)	107	10,18	5,41	4,38	0,08	60	271
Итого за день:		1 772	60,88	52,88	262,94	42,65		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**04.07.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		467	15,92	22,88	49,41	2,00		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак		64	0,75		15,15	3,00		
	Сок яблочный	64	0,75		15,15	3,00	200	418
Обед		559	18,77	14,58	88,05	32,75		
	Икра свекольная	50	1,17	2,30	6,17	3,36	50	55
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник		203	3,04	3,75	39,28			
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Ужин		569	24,26	12,71	89,41	9,40		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
	Котлеты или биточки рыбные запеченные(ГОРБУША)	141	15,16	7,08	4,25	0,10	70/3	271
Итого за день:		1 862	62,74	53,92	281,30	47,15		
Стоимость питания 179 руб.								