

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**04.09.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	424	11,74	17,64	54,66	0,97		
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	661	23,30	20,54	95,52	11,06		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	204	4,08	5,90	33,80			
Компот из изюма	89	0,33		22,00		200	394
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	464	30,54	23,63	32,22	0,95		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:	1 799	70,06	67,71	227,50	14,98		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**04.09.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	324	6,39	12,03	47,67	0,02		
Каша вязкая пшенная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	661	23,30	20,54	95,52	11,06		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	204	4,08	5,90	33,80			
Компот из изюма	89	0,33		22,00		200	394
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	417	27,14	19,83	32,22	1,46		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	265	21,68	18,84	2,05	0,68	170	229
Итого за день:	1 652	61,31	58,30	220,51	14,54		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**04.09.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	390	10,64	16,59	49,76	0,82		
Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	609	21,26	18,10	90,20	9,20		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	195	4,05	5,90	31,60			
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	473	30,46	23,60	34,76	0,77		
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:	1 714	66,81	64,19	217,62	12,79		