

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

## МЕНЮ

04.12.2023 понедельник

Халаева А.М.

| Наименование                                                 | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|--------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                               | <b>423</b>   | <b>9,71</b>  | <b>14,46</b> | <b>63,46</b>  | <b>0,54</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом                                          | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
| Чай с молоком                                                | 90           | 2,74         | 2,84         | 13,38         | 0,54         | 200     | 413   |
| Каша вязкая манная молочная                                  | 197          | 4,52         | 4,07         | 35,46         |              | 200/5/5 | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                                        | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>  |         |       |
| Сок яблочный                                                 | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00         | 100     | 418   |
| <b>Обед</b>                                                  | <b>691</b>   | <b>28,71</b> | <b>23,08</b> | <b>92,17</b>  | <b>5,73</b>  |         |       |
| Котлеты рубленые из курицы                                   | 195          | 13,35        | 13,26        | 5,61          | 0,09         | 70      | 322   |
| Хлеб пшеничный                                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)                          | 175          | 5,95         | 4,20         | 28,29         |              | 130     | 330   |
| Компот из кураги                                             | 82           | 0,56         |              | 19,91         | 0,40         | 200     | 394   |
| Суп картофельный с мучными клецками(куриный)                 | 70           | 2,17         | 2,38         | 10,08         | 3,34         | 200     | 91    |
| Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука | 37           | 1,38         | 2,29         | 2,81          | 1,90         | 50      | 10    |
| <b>Полдник</b>                                               | <b>247</b>   | <b>8,37</b>  | <b>7,24</b>  | <b>37,11</b>  | <b>1,22</b>  |         |       |
| Молоко кипяченое                                             | 106          | 5,26         | 5,63         | 8,55          | 1,04         | 200     | 419   |
| Кух с масляно -сахарной крошкой                              | 141          | 3,11         | 1,61         | 28,56         | 0,18         | 50      | 442   |
| <b>Ужин</b>                                                  | <b>540</b>   | <b>25,18</b> | <b>12,81</b> | <b>81,07</b>  | <b>2,80</b>  |         |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 162          | 5,27         | 3,45         | 27,46         |              | 150     | 219   |
| Соус сметанный с томатом                                     | 24           | 0,53         | 1,50         | 2,11          | 0,40         | 30      | 373   |
| Хлеб пшеничный                                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Компот из вишни                                              | 90           | 0,30         | 0,18         | 21,91         | 2,40         | 200     | 390   |
| Фрикадельки рыбные (горбуша)                                 | 132          | 13,78        | 6,73         | 4,12          |              | 80      | 279   |
| <b>Итого за день:</b>                                        | <b>1 948</b> | <b>72,37</b> | <b>57,59</b> | <b>285,11</b> | <b>12,29</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>                            |              |              |              |               |              |         |       |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

## МЕНЮ

04.12.2023 понедельник

Халдеева А.М.

| Наименование                                                 | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|--------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                               | <b>465</b>   | <b>13,16</b> | <b>18,24</b> | <b>62,09</b>  | <b>1,34</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом                                          | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
| Чай с молоком                                                | 88           | 2,89         | 3,05         | 12,26         | 0,57         | 180     | 413   |
| Каша вязкая манная молочная                                  | 241          | 7,82         | 7,64         | 35,21         | 0,77         | 180/5/5 | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                                        | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>  |         |       |
| Сок яблочный                                                 | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00         | 100     | 418   |
| <b>Обед</b>                                                  | <b>601</b>   | <b>23,37</b> | <b>17,46</b> | <b>87,42</b>  | <b>7,25</b>  |         |       |
| Котлеты рубленые из курицы                                   | 129          | 9,05         | 8,21         | 4,60          | 0,08         | 60      | 322   |
| Хлеб пшеничный                                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Компот из кураги                                             | 74           | 0,51         |              | 17,92         | 0,36         | 180     | 394   |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)                          | 175          | 5,95         | 4,20         | 28,29         |              | 130     | 330   |
| Суп картофельный с мучными клецками (куриный)                | 58           | 1,38         | 2,02         | 8,67          | 3,01         | 180     | 91    |
| Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука | 33           | 1,18         | 2,08         | 2,47          | 3,80         | 40      | 10    |
| <b>Полдник</b>                                               | <b>236</b>   | <b>7,84</b>  | <b>6,68</b>  | <b>36,26</b>  | <b>1,02</b>  |         |       |
| Молоко кипяченое                                             | 95           | 4,73         | 5,07         | 7,70          | 0,84         | 180     | 419   |
| Кух с масляно -сахарной крошкой                              | 141          | 3,11         | 1,61         | 28,56         | 0,18         | 50      | 442   |
| <b>Ужин</b>                                                  | <b>498</b>   | <b>21,71</b> | <b>11,11</b> | <b>77,84</b>  | <b>2,56</b>  |         |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 162          | 5,27         | 3,45         | 27,46         |              | 150     | 219   |
| Фрикадельки рыбные (горбуша)                                 | 99           | 10,34        | 5,05         | 3,08          |              | 60      | 279   |
| Соус сметанный с томатом                                     | 24           | 0,53         | 1,50         | 2,11          | 0,40         | 30      | 373   |
| Хлеб пшеничный                                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Компот из вишни                                              | 81           | 0,27         | 0,16         | 19,72         | 2,16         | 180     | 390   |
| <b>Итого за день:</b>                                        | <b>1 847</b> | <b>66,48</b> | <b>53,49</b> | <b>274,90</b> | <b>14,17</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>                            |              |              |              |               |              |         |       |