

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

# МЕНЮ

## 04.12.2024 среда



| Тип блюда                         | Наименование                                 | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г) | № рец |
|-----------------------------------|----------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                              | <b>251</b>   | <b>7,53</b>  | <b>4,36</b>  | <b>45,47</b>  | <b>0,02</b>   |         |       |
|                                   | Чай с сахаром                                | 37           | 0,11         | 0,03         | 9,10          | 0,02          | 190/10  | 411   |
|                                   | Хлеб пшеничный                               | 69           | 2,98         | 0,56         | 12,95         |               | 35      |       |
|                                   | Каша гречневая вязкая (аллергик)             | 145          | 4,44         | 3,77         | 23,42         |               | 150     | 182   |
| <b>Обед</b>                       |                                              | <b>669</b>   | <b>31,09</b> | <b>22,77</b> | <b>84,47</b>  | <b>100,20</b> |         |       |
|                                   | Котлеты, биточки, шницели рубленые           | 125          | 10,08        | 7,24         | 4,86          | 0,09          | 70      | 299   |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                  | 77           | 0,64         | 3,78         | 9,99          | 88,00         | 200     | 417   |
|                                   | Хлеб пшеничный                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25      |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25      |       |
|                                   | Пюре из бобовых с маслом                     | 206          | 11,97        | 5,34         | 27,44         |               | 130     | 199   |
|                                   | Салат из моркови с изюмом                    | 40           | 0,70         | 0,05         | 9,16          | 2,34          | 50      | 43    |
|                                   | Щи из свежей капусты с картофелем (аллергик) | 89           | 2,40         | 5,41         | 7,55          | 9,77          | 200     | 73    |
| <b>Полдник</b>                    |                                              | <b>205</b>   | <b>4,05</b>  | <b>6,08</b>  | <b>33,71</b>  | <b>2,40</b>   |         |       |
|                                   | Печенье промышленное                         | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |               | 50      |       |
|                                   | Компот из вишни                              | 90           | 0,30         | 0,18         | 21,91         | 2,40          | 200     | 390   |
| <b>Ужин</b>                       |                                              | <b>364</b>   | <b>13,25</b> | <b>6,57</b>  | <b>63,08</b>  | <b>0,02</b>   |         |       |
|                                   | Макаронные изделия отварные с маслом         | 167          | 5,45         | 3,57         | 28,38         |               | 155     | 219   |
|                                   | Яйца вареные 1/2                             | 28           | 2,39         | 2,02         | 0,13          |               | 1/2     | 227   |
|                                   | Чай с сахаром                                | 37           | 0,11         | 0,03         | 9,10          | 0,02          | 190/10  | 411   |
|                                   | Хлеб пшеничный                               | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25      |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                  | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25      |       |
| <b>Итого за день:</b>             |                                              | <b>1 489</b> | <b>55,91</b> | <b>39,78</b> | <b>226,73</b> | <b>102,64</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b> |                                              |              |              |              |               |               |         |       |

Заведующий

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

# МЕНЮ

04.12.2024 среда



| Тип блюда                         | Наименование                                  | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                               | <b>422</b>   | <b>18,96</b> | <b>18,85</b> | <b>44,12</b>  | <b>0,73</b>  |         |       |
|                                   | Бутерброды с маслом                           | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
|                                   | Пудинг из творога (запеченный)                | 198          | 13,62        | 8,25         | 17,24         | 0,16         | 150     | 249   |
|                                   | Чай с молоком                                 | 88           | 2,89         | 3,05         | 12,26         | 0,57         | 180     | 413   |
| <b>Второй завтрак</b>             |                                               | <b>82</b>    | <b>3,00</b>  | <b>6,00</b>  | <b>4,10</b>   | <b>0,30</b>  |         |       |
|                                   | Ряженка                                       | 82           | 3,00         | 6,00         | 4,10          | 0,30         | 100     | 420   |
| <b>Обед</b>                       |                                               | <b>654</b>   | <b>29,94</b> | <b>21,82</b> | <b>84,51</b>  | <b>90,19</b> |         |       |
|                                   | Салат из моркови с изюмом                     | 32           | 0,56         | 0,04         | 7,33          | 1,87         | 40      | 43    |
|                                   | Котлеты, биточки, шницели рубленые            | 139          | 9,32         | 7,07         | 9,64          | 0,09         | 60      | 299   |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                   | 63           | 0,57         | 3,41         | 7,63          | 79,20        | 180     | 417   |
|                                   | Хлеб пшеничный                                | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                   | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
|                                   | Пюре из бобовых с маслом                      | 206          | 11,97        | 5,34         | 27,44         |              | 130     | 199   |
|                                   | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 82           | 2,22         | 5,01         | 7,00          | 9,03         | 180/5   | 73    |
| <b>Полдник</b>                    |                                               | <b>196</b>   | <b>4,02</b>  | <b>6,06</b>  | <b>31,52</b>  | <b>2,16</b>  |         |       |
|                                   | Компот из вишни                               | 81           | 0,27         | 0,16         | 19,72         | 2,16         | 180     | 390   |
|                                   | Печенье промышленное                          | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |       |
| <b>Ужин</b>                       |                                               | <b>317</b>   | <b>12,48</b> | <b>7,90</b>  | <b>49,08</b>  | <b>0,67</b>  |         |       |
|                                   | Суп молочный с макаронными изделиями          | 128          | 4,74         | 4,92         | 16,18         | 0,66         | 180     | 100   |
|                                   | Яйца вареные 1/2                              | 28           | 2,39         | 2,02         | 0,13          |              | 1/2     | 227   |
|                                   | Чай с сахаром                                 | 29           | 0,05         | 0,01         | 7,30          | 0,01         | 180     | 411   |
|                                   | Хлеб пшеничный                                | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                   | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| <b>Итого за день:</b>             |                                               | <b>1 671</b> | <b>68,40</b> | <b>60,63</b> | <b>213,33</b> | <b>94,05</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b> |                                               |              |              |              |               |              |         |       |

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

# МЕНЮ

## 04.12.2024 среда



| Тип блюда             | Наименование                                  | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г) | № рец |
|-----------------------|-----------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>        |                                               | <b>446</b>   | <b>20,13</b> | <b>19,62</b> | <b>47,24</b>  | <b>0,24</b>   |         |       |
|                       | 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   |
|                       | Пудинг из творога (запеченный)                | 273          | 17,57        | 12,04        | 23,52         | 0,22          | 150/20  | 249   |
| <b>Второй завтрак</b> |                                               | <b>82</b>    | <b>3,00</b>  | <b>6,00</b>  | <b>4,10</b>   | <b>0,30</b>   |         |       |
|                       | Ряженка                                       | 82           | 3,00         | 6,00         | 4,10          | 0,30          | 100     | 420   |
| <b>Обед</b>           |                                               | <b>671</b>   | <b>31,15</b> | <b>22,91</b> | <b>84,67</b>  | <b>100,44</b> |         |       |
|                       | Котлеты, биточки, шницели рубленые            | 125          | 10,08        | 7,24         | 4,86          | 0,09          | 70      | 299   |
|                       | Напиток из плодов шиповника                   | 77           | 0,64         | 3,78         | 9,99          | 88,00         | 200     | 417   |
|                       | Хлеб пшеничный                                | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25      |       |
|                       | Хлеб ржаной                                   | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25      |       |
|                       | Пюре из бобовых с маслом                      | 206          | 11,97        | 5,34         | 27,44         |               | 130     | 199   |
|                       | Салат из моркови с изюмом                     | 40           | 0,70         | 0,05         | 9,16          | 2,34          | 50      | 43    |
|                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 91           | 2,46         | 5,55         | 7,75          | 10,01         | 200/5   | 73    |
| <b>Полдник</b>        |                                               | <b>205</b>   | <b>4,05</b>  | <b>6,08</b>  | <b>33,71</b>  | <b>2,40</b>   |         |       |
|                       | Печенье промышленное                          | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |               | 50      |       |
|                       | Компот из вишни                               | 90           | 0,30         | 0,18         | 21,91         | 2,40          | 200     | 390   |
| <b>Ужин</b>           |                                               | <b>339</b>   | <b>13,05</b> | <b>8,47</b>  | <b>52,67</b>  | <b>0,75</b>   |         |       |
|                       | Яйца вареные 1/2                              | 28           | 2,39         | 2,02         | 0,13          |               | 1/2     | 227   |
|                       | Чай с сахаром                                 | 37           | 0,11         | 0,03         | 9,10          | 0,02          | 190/10  | 411   |
|                       | Хлеб пшеничный                                | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25      |       |
|                       | Хлеб ржаной                                   | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25      |       |
|                       | Суп молочный с макаронными изделиями          | 142          | 5,25         | 5,47         | 17,97         | 0,73          | 200     | 100   |
|                       |                                               | <b>1 743</b> | <b>71,38</b> | <b>63,08</b> | <b>222,39</b> | <b>104,13</b> |         |       |

**Итого за день:**  
**Стоимость питания 179 руб.**