

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

05.02.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		346	10,16	15,59	41,27	1,13	400
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		591	23,11	19,00	81,81	18,41	640
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40
Полдник		237	12,75	8,60	27,10	1,08	230
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180
Ужин		419	21,31	13,71	52,64	79,40	400
	Пудинг из творога (запеченный)	224	15,44	9,35	19,54	0,20	150/20
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 640	67,73	56,90	214,12	102,02	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

05.02.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		309	9,30	5,87	54,84	0,02	445
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35
	Каша гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		200/5/5
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		580	22,80	17,87	81,90	18,90	660
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
Полдник		135	3,91	5,94	16,50	0,78	250
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		347	9,39	9,29	56,29	100,88	450
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
Итого за день:		1 418	45,80	38,97	220,83	122,58	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

05.02.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		383	11,59	17,09	45,75	1,35	440
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200
	Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		599	23,20	19,01	83,69	18,91	690
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
Полдник		250	13,75	8,90	28,80	1,20	250
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200
Ужин		514	25,58	18,19	61,75	88,25	440
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Пудинг из творога (запеченный)	305	19,64	13,46	26,29	0,25	170/20
Итого за день:		1 793	74,52	63,19	231,29	111,71	
Стоимость питания 179 руб.							