

МЕНЮ

05.07.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	754	37,01	30,05	83,69	19,90		
Суп картофельный с фасолью	114	4,89	4,09	14,57	4,14	200	87
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из кураги	82	0,57		19,91	0,44	200	394
Жаркое по-домашнему (азу)	399	25,87	22,77	22,56	13,32	80/140	292
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	269	15,28	5,26	40,00	1,27		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	445	13,40	21,91	48,62	14,90		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5	148
Итого за день:	1 997	79,25	77,71	244,91	47,11		

МЕНЮ

05.07.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	633	29,96	23,26	75,81	15,39		
Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
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
Жаркое по-домашнему (азу)	303	19,45	16,83	18,36	10,08	60/110	292
Салат из свежих огурцов	21	0,30	1,80	0,95	1,60	40	
Полдник	256	14,28	4,96	38,30	1,15		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	437	13,34	21,89	46,82	14,89		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5	148
Итого за день:	1 846	72,23	71,62	227,85	42,79		