

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

05.09.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45		
	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	
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30 251	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		771	30,13	22,17	112,52	16,84		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15	
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
	Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50 293	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 1/9	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Полдник		280	9,75	17,90	20,00	0,60		
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200 420	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		497	20,24	26,92	43,33	2,47		
	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	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12	
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229	
Итого за день:		2 294	100,91	103,70	238,93	81,36		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

05.09.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30 251	
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180 414	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		690	24,85	17,44	108,08	14,75		
1-3	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40 15	
	Гуляш из отварного мяса	95	7,72	6,22	1,98	2,11	60 293	
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180 394	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179	
	Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180 86	
Полдник		263	9,15	16,70	19,18	0,97		
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180 420	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		441	18,14	23,23	39,95	1,99		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40 17	
	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	
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130 229	
Итого за день:		2 068	88,55	90,75	224,04	78,96		

Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**05.09.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	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	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		771	30,13	22,17	112,52	16,84		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		152	3,86	5,93	20,90	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		497	20,24	26,92	43,33	2,47		
	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	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	17
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 726	63,49	59,26	234,36	79,35		
Стоимость питания 210 руб.								