

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

05.11.2024 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		281	7,32	4,32	53,19	0,83		
	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 вязкая манная на воде (аллергик)	175	4,23	3,73	31,14	0,81	205	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		693	28,64	24,18	90,21	23,15		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Гуляш из курицы	176	12,24	12,70	3,21	0,76	80	293
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
	Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник		190	3,23	1,68	40,53	0,06		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		324	11,64	9,99	46,90	41,32		
	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	
	Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день:		1 535	51,23	40,17	242,13	67,36		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**05.11.2024 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		506	17,02	22,74	58,21	1,66		
	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 вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5 182	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед		622	24,86	20,18	85,12	18,88		
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 21	
	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	
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30 293	
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
	Суп картофельный с фасолью к/б	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87	
Полдник		275	12,12	4,35	46,73	1,12		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		288	10,87	7,85	43,61	36,91		
	Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 143	
	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	
Итого за день:		1 738	65,27	55,12	244,97	60,57		
Стоимость питания 179 руб.								

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

05.11.2024 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		485	14,59	20,09	61,28	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 вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		693	28,64	24,18	90,21	23,15		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Гуляш из курицы	176	12,24	12,70	3,21	0,76	80	293
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
	Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник		288	13,12	4,65	48,43	1,24		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		324	11,64	9,99	46,90	41,32		
	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	
	Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день:		1 837	68,39	58,91	258,12	68,75		
Стоимость питания 179 руб.								