

Заведующий

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

## МЕНЮ

05.12.2023 вторник



| Наименование                           | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г) | № рец |
|----------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                         | <b>470</b>   | <b>14,61</b> | <b>20,21</b> | <b>57,61</b>  | <b>1,04</b>   |         |       |
| Бутерброды с маслом и сыром            | 181          | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42          | 55      | 3     |
| Какао с молоком                        | 101          | 3,70         | 3,75         | 13,22         | 0,62          | 200     | 416   |
| Каша ячневая вязкая молочная           | 188          | 4,39         | 4,20         | 33,19         |               | 200/5/5 | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                  | <b>68</b>    | <b>5,00</b>  | <b>1,50</b>  | <b>8,50</b>   | <b>0,60</b>   |         |       |
| Йогурт                                 | 68           | 5,00         | 1,50         | 8,50          | 0,60          | 100     |       |
| <b>Обед</b>                            | <b>673</b>   | <b>24,83</b> | <b>24,99</b> | <b>87,25</b>  | <b>36,23</b>  |         |       |
| Хлеб пшеничный                         | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25      |       |
| Хлеб ржаной                            | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25      |       |
| Плов с мясом                           | 333          | 17,11        | 16,87        | 28,27         | 1,74          | 200     | 321   |
| Салат из картофеля с солеными огурцами | 43           | 0,68         | 2,61         | 4,31          | 6,00          | 50      | 23    |
| Компот из черной смородины             | 82           | 0,28         | 0,05         | 19,99         | 24,00         | 200     | 393   |
| Свекольник с картофелем на м/б         | 83           | 1,46         | 4,51         | 9,21          | 4,49          | 200     | 69    |
| <b>Полдник</b>                         | <b>211</b>   | <b>5,92</b>  | <b>6,04</b>  | <b>32,99</b>  | <b>88,07</b>  |         |       |
| Напиток из плодов шиповника            | 77           | 0,64         | 3,78         | 9,99          | 88,00         | 200     | 417   |
| Булочка "Творожная"                    | 134          | 5,28         | 2,26         | 23,00         | 0,07          | 50      | 470   |
| <b>Ужин</b>                            | <b>358</b>   | <b>8,62</b>  | <b>12,57</b> | <b>52,44</b>  | <b>19,22</b>  |         |       |
| 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                         | 189          | 3,21         | 11,59        | 17,87         | 19,20         | 190/10  | 148   |
| <b>Итого за день:</b>                  | <b>1 780</b> | <b>58,98</b> | <b>65,31</b> | <b>238,79</b> | <b>145,16</b> |         |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>      |              |              |              |               |               |         |       |



Кухня

Дети от 1 до 3 лет

# МЕНЮ

## 05.12.2023 вторник

| Наименование                           | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)     | № рец |
|----------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                         | <b>506</b>   | <b>17,55</b> | <b>23,38</b> | <b>56,55</b>  | <b>1,75</b>   |             |       |
| Бутерброды с маслом и сыром            | 181          | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42          | 55 3        |       |
| Какао с молоком                        | 89           | 3,45         | 3,48         | 11,00         | 0,58          | 180 416     |       |
| Каша ячневая вязкая молочная           | 236          | 7,58         | 7,64         | 34,35         | 0,75          | 180/5/5 182 |       |
| <b>Второй завтрак</b>                  | <b>68</b>    | <b>5,00</b>  | <b>1,50</b>  | <b>8,50</b>   | <b>0,60</b>   |             |       |
| Йогурт                                 | 68           | 5,00         | 1,50         | 8,50          | 0,60          | 100         |       |
| <b>Обед</b>                            | <b>561</b>   | <b>20,22</b> | <b>19,53</b> | <b>76,09</b>  | <b>28,54</b>  |             |       |
| Салат из картофеля с солеными огурцами | 31           | 0,52         | 1,83         | 3,14          | 1,92          | 40 23       |       |
| Компот из черной смородины             | 73           | 0,25         | 0,04         | 17,99         | 21,60         | 180 393     |       |
| Хлеб пшеничный                         | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25          |       |
| Хлеб ржаной                            | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25          |       |
| Плов с мясом                           | 250          | 12,83        | 12,65        | 21,20         | 0,98          | 40/110 321  |       |
| Свекольник с картофелем на м/б         | 75           | 1,32         | 4,06         | 8,29          | 4,04          | 180 69      |       |
| <b>Полдник</b>                         | <b>197</b>   | <b>5,85</b>  | <b>5,67</b>  | <b>30,63</b>  | <b>79,27</b>  |             |       |
| Напиток из плодов шиповника            | 63           | 0,57         | 3,41         | 7,63          | 79,20         | 180 417     |       |
| Булочка "Творожная"                    | 134          | 5,28         | 2,26         | 23,00         | 0,07          | 50 470      |       |
| <b>Ужин</b>                            | <b>331</b>   | <b>8,24</b>  | <b>11,39</b> | <b>48,85</b>  | <b>17,29</b>  |             |       |
| 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                         | 170          | 2,89         | 10,43        | 16,08         | 17,28         | 175/5 148   |       |
| <b>Итого за день:</b>                  | <b>1 663</b> | <b>56,86</b> | <b>61,47</b> | <b>220,62</b> | <b>127,45</b> |             |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>      |              |              |              |               |               |             |       |