

Халдаева А.М.

Дети от 3 до 7 лет

06.05.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	458	12,09	18,16	61,64	1,14		
Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	661	23,30	20,54	95,52	11,06		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	204	4,09	5,90	33,80			
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин	464	30,53	23,62	32,23	0,95		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:	1 834	70,41	68,22	234,49	15,15		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**06.05.2024 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	426	11,15	17,13	57,02	0,97		
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	609	21,26	18,10	90,20	9,20		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	195	4,05	5,90	31,60			
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	381	23,08	16,94	34,16	0,72		
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 658	59,94	58,07	224,28	12,89		
Стоимость питания 179 руб.							