

МЕНЮ
06.12.2022 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	67	0,60	0,60	14,70	247,50		
Апельсины	67	0,60	0,60	14,70	247,50	150	
Обед	635	30,20	22,87	76,94	17,58		
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 квашенной капусты	23	0,54	1,41	2,08	3,79	40	21
Полдник	303	12,48	15,28	28,90	0,62		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
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:	1 769	68,40	67,71	221,27	303,97		

МЕНЮ

06.12.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
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	67	0,60	0,60	14,70	247,50		
Апельсины	67	0,60	0,60	14,70	247,50	150	
Обед	757	37,30	29,57	85,12	22,64		
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 квашенной капусты	29	0,67	1,76	2,61	4,74	50	21
Полдник	303	12,48	15,28	28,90	0,62		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
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:	1 936	75,18	75,53	238,42	313,12		