

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**07.05.2024 вторник**

Халасва А.М.



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	523	16,56	22,76	62,81	1,64		
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 кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	672	25,29	21,06	95,06	21,31		
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	32	0,46	2,46	1,98	8,17	40	14
Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40	293
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5	179
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	339	9,40	9,19	54,73	18,87		
Картофель в молоке	178	4,05	8,23	21,96	18,86	180	137
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:	1 838	67,13	59,39	258,40	52,92		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**07.05.2024 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	501	15,50	20,25	64,09	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 кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	726	28,29	24,11	98,93	21,31		
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	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5	179
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	40	0,57	3,07	2,47	10,21	50	14
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	345	9,85	7,74	58,81	20,89		
Картофель в молоке	176	4,44	6,76	24,24	20,87	200	137
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	
Итого за день:	1 889	70,52	58,78	269,33	54,46		
Стоимость питания 179 руб.							