

Кухня

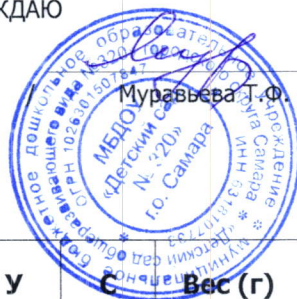
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**07.07.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	345	9,97	16,78	38,62	1,40		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5	199
Обед	546	15,20	11,02	96,38	34,10		
Капуста тушеная с мясом	143	4,06	7,10	15,82	24,83	220	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
Суп картофельный с крупой пшенной	75	1,78	2,33	11,72	6,93	205	86
Полдник	308	4,12	3,77	64,55	0,48		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	435	15,63	17,68	53,24	16,16		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Итого за день:	1 634	44,92	49,25	252,79	52,14		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**07.07.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	463	22,82	23,35	40,24	1,07		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,18	140/10	249
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Обед	509	14,47	10,08	89,97	28,33		
Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40	43
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	70/130	354
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Суп картофельный с крупой пшенной	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Полдник	292	4,04	3,77	60,60	0,43		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	424	15,61	17,68	50,65	14,56		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Итого за день:	1 688	56,94	54,88	241,46	44,39		



Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
07.07.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	561	27,64	28,06	49,34	1,26		
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
Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	140/30	249
Обед	531	14,79	10,32	94,66	29,46		
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	70/130	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
Суп картофельный с крупой пшенной	73	1,74	2,27	11,43	6,60	200	86
Полдник	308	4,12	3,77	64,55	0,48		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	435	15,63	17,68	53,24	16,16		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Итого за день:	1 835	62,18	59,83	261,79	47,36		