

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

# МЕНЮ

07.12.2023 четверг



| Наименование                         | Энерг. цен. | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)      | № рец |
|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                       | <b>430</b>  | <b>12,56</b> | <b>18,82</b> | <b>52,82</b>  | <b>1,41</b>   |              |       |
| Бутерброды с маслом                  | 136         | 2,45         | 7,55         | 14,62         |               | 30/10        | 1     |
| Молоко кипяченое                     | 95          | 4,74         | 5,07         | 7,70          | 0,94          | 180          | 419   |
| Каша "Дружба" на молоке              | 199         | 5,37         | 6,20         | 30,50         | 0,47          | 180/5        | 183   |
| <b>Второй завтрак</b>                | <b>44</b>   | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>10,00</b>  |              |       |
| Яблоки                               | 44          | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 10,00         | 100          | 386   |
| <b>Обед</b>                          | <b>704</b>  | <b>25,62</b> | <b>19,90</b> | <b>105,51</b> | <b>9,72</b>   |              |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 162         | 5,27         | 3,45         | 27,46         |               | 150          | 219   |
| Хлеб пшеничный                       | 45          | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25           |       |
| Хлеб ржаной                          | 174         | 6,60         | 1,20         | 34,10         |               | 50           |       |
| Компот из вишни                      | 81          | 0,27         | 0,16         | 19,72         | 2,16          | 180          | 390   |
| Икра кабачковая                      | 44          | 0,75         | 3,17         | 3,11          | 1,12          | 40           | 54    |
| Суп картофельный с крупой пшенной    | 66          | 1,57         | 2,04         | 10,29         | 5,94          | 180          | 86    |
| Гуляш из курицы                      | 132         | 9,16         | 9,53         | 2,41          | 0,50          | 30/30        | 293   |
| <b>Полдник</b>                       | <b>298</b>  | <b>3,90</b>  | <b>1,65</b>  | <b>66,90</b>  | <b>0,47</b>   |              |       |
| Компот из чернослива                 | 145         | 0,78         |              | 35,47         | 0,43          | 180          | 390   |
| Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)  | 153         | 3,12         | 1,65         | 31,43         | 0,04          | 50           | 441   |
| <b>Ужин</b>                          | <b>424</b>  | <b>13,93</b> | <b>17,42</b> | <b>52,94</b>  | <b>10,98</b>  |              |       |
| Сосиски отварные                     | 130         | 5,50         | 11,95        | 0,20          |               | 50           | 291   |
| Пюре картофельное                    | 133         | 3,05         | 4,51         | 20,03         | 10,38         | 150          | 339   |
| 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           |       |
| <b>Итого за день:</b>                |             | <b>1 900</b> | <b>56,41</b> | <b>58,19</b>  | <b>287,97</b> | <b>32,58</b> |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>    |             |              |              |               |               |              |       |



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

**МЕНЮ****07.12.2023 четверг**

| Наименование                         | Энерг. цен. | Б            | Ж            | У            | С             | Вес (г)      | № рец |
|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                       | <b>463</b>  | <b>13,65</b> | <b>20,04</b> | <b>56,97</b> | <b>1,56</b>   |              |       |
| Бутерброды с маслом                  | 136         | 2,45         | 7,55         | 14,62        |               | 30/10        | 1     |
| Молоко кипяченое                     | 106         | 5,26         | 5,63         | 8,55         | 1,04          | 200          | 419   |
| Каша "Дружба" на молоке              | 221         | 5,94         | 6,86         | 33,80        | 0,52          | 200/5        | 183   |
| <b>Второй завтрак</b>                | <b>44</b>   | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>  | <b>10,00</b>  |              |       |
| Яблоки                               | 44          | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 10,00         | 100          | 386   |
| <b>Обед</b>                          | <b>666</b>  | <b>24,26</b> | <b>21,92</b> | <b>92,97</b> | <b>10,98</b>  |              |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 162         | 5,27         | 3,45         | 27,46        |               | 150          | 219   |
| Хлеб пшеничный                       | 45          | 2,00         | 0,35         | 8,42         |               | 25           |       |
| Хлеб ржаной                          | 87          | 3,30         | 0,60         | 17,05        |               | 25           |       |
| Суп картофельный с крупой пшенной    | 73          | 1,74         | 2,27         | 11,43        | 6,60          | 200          | 86    |
| Компот из вишни                      | 90          | 0,30         | 0,18         | 21,91        | 2,40          | 200          | 390   |
| Икра кабачковая                      | 55          | 0,94         | 3,96         | 3,89         | 1,40          | 50           | 54    |
| Гуляш из курицы                      | 154         | 10,71        | 11,11        | 2,81         | 0,58          | 40/30        | 293   |
| <b>Полдник</b>                       | <b>314</b>  | <b>3,98</b>  | <b>1,65</b>  | <b>70,85</b> | <b>0,52</b>   |              |       |
| Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)  | 153         | 3,12         | 1,65         | 31,43        | 0,04          | 50           | 441   |
| Компот из чернослива                 | 161         | 0,86         |              | 39,42        | 0,48          | 200          | 390   |
| <b>Ужин</b>                          | <b>415</b>  | <b>14,01</b> | <b>17,45</b> | <b>50,40</b> | <b>11,16</b>  |              |       |
| Сосиски отварные                     | 130         | 5,50         | 11,95        | 0,20         |               | 50           | 291   |
| Пюре картофельное                    | 133         | 3,05         | 4,51         | 20,03        | 10,38         | 150          | 339   |
| 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           |       |
| <b>Итого за день:</b>                |             | <b>1 902</b> | <b>56,30</b> | <b>61,46</b> | <b>280,99</b> | <b>34,22</b> |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>    |             |              |              |              |               |              |       |