

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

08.05.2024 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	542	23,49	24,96	55,80	0,80		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	61	4,70	1,32	7,73	0,16		
Йогурт	61	4,70	1,32	7,73	0,16	100	
Обед	695	31,79	19,31	98,69	7,20		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Полдник	197	2,99	7,40	29,64	79,29		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
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:	1 783	73,84	60,84	235,47	124,36		
Стоимость питания 179 руб.							

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	748	35,08	21,62	103,02	11,21		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
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:	1 895	78,12	65,63	247,34	141,99		
Стоимость питания 179 руб.							