

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

08.08.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		683	38,14	35,30	53,26	1,40		
	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
	Запеканка из творога	395	28,07	19,28	27,44	0,36	160	251
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		810	30,59	25,24	114,85	16,24		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
Полдник		177	2,83	0,39	40,48	0,58		
	Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Ужин		527	18,13	20,67	67,10	0,67		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Итого за день: 210,00 рублей		2 244	90,09	81,60	286,99	20,89		

МЕНЮ

08.08.2025 пятница

Халаева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02	
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46	150	219
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95	35	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418
Обед		810	30,59	25,24	114,85	16,24	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70 322
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42	25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10	50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35	150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17	200	394
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86
Полдник		177	2,83	0,39	40,48	0,58	
	Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50 2
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200 394
Ужин		527	18,13	20,67	67,10	0,65	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42	25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05	25	
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390
	Омлет натуральный (аллергик)	234	11,97	19,72	2,21	0,17	130 229
Итого за день: 210,00 рублей		1 829	60,31	50,34	283,24	19,49	