

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**08.09.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		424	11,74	17,64	54,66	0,97		
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	416
Обед		658	23,86	19,86	95,74	17,62		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		228	3,99	6,04	39,63	1,72		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	394
Ужин		464	30,54	23,63	32,22	0,95		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,28	190	5/5 127
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:		1 821	70,53	67,17	233,55	23,26		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**08.09.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		390	10,64	16,60	49,76	0,82		
	Каша вязкая пшениная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5	133
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		591	20,49	16,36	90,16	13,90		
1-3	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40	15
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Фрикадельки из птицы	130	8,82	7,88	5,85	0,29	60	325
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Полдник		217	3,97	6,03	36,85	1,55		
	Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180	391
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		436	27,51	20,94	34,52	0,75		
	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	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	336
Итого за день:		1 681	63,01	59,93	222,59	19,02		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**08.09.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рецепта
Завтрак		257	6,92	5,04	46,00	0,02		
	Каша вязкая пшениная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
	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	118
Обед		658	23,86	19,86	95,74	17,62		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	375
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	344
Полдник		228	3,99	6,04	39,63	1,72		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Ужин		417	27,14	19,83	32,22	1,46		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	265	21,68	18,84	2,05	0,68	170	224
Итого за день:		1 607	62,31	50,77	224,89	22,82		
Стоимость питания 210 руб.								