

Хартаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

09.02.2026 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп.
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 фруктовый.	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	680	24,40	19,98	100,41	10,30		
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
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
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	204	4,09	5,90	33,80			
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин	464	28,97	23,26	34,79	2,83		
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	
Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 819	69,60	66,78	234,96	16,10		



Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
09.02.2026 понедельник

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	183
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 фруктовый.	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	607	20,92	16,45	93,64	8,99		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
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	195	4,05	5,90	31,60			
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	473	28,89	23,23	37,33	2,65		
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	
Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 712	64,90	62,18	223,63	14,46		

МЕНЮ

09.02.2026 понедельник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	257	6,92	5,04	46,00	0,02		
Каша вязкая пшенная 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 фруктовый.	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	680	24,40	19,98	100,41	10,30		
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
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
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	204	4,09	5,90	33,80			
Пряники	115	3,75	5,90	11,80			50
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин	464	28,97	23,26	34,79	2,83		
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
Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 652	64,78	54,18	226,30	15,15		