

МЕНЮ

09.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		445	6.43	5.08	40.37	233	
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	
	Каша "Геркулес" (аллергик)	200/5/5	3.34	4.49	18.32	127	199
Второй завтрак		100	0.90	0.20	8.10	38	
	Апельсины	100	0.90	0.20	8.10	38	
Обед		700	18.77	14.58	88.05	559	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Кисель из черной смородины	200	0.20	0.04	25.90	105	396
Полдник		250	3.14	3.79	26.81	154	
	Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412
	Крендель сахарный	50	2.98	3.75	22.11	134	443
Ужин		470	20.91	8.95	89.41	522	
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	70/3	11.81	3.32	4.25	94	271
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 965	50.15	32.60	252.74	1 506	

МЕНЮ

09.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		400	13.95	20.37	43.84	414	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	180	4.74	5.07	7.70	95	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	170/5/5	6.76	7.75	21.52	183	199
Второй завтрак		100	0.90	0.20	8.10	38	
	Апельсины	100	0.90	0.20	8.10	38	
Обед		630	23.92	17.73	79.72	574	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	180	1.54	3.41	11.11	81	82
	Птица, тушенная с овощами	20/160	15.96	11.49	14.89	227	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Кисель из черной смородины	180	0.18	0.04	23.31	94	396
	Икра свекольная	40	0.94	1.84	4.94	40	55
Полдник		230	8.38	14.55	29.49	282	
	Ряженка	180	5.40	10.80	7.38	148	420
	Крендель сахарный	50	2.98	3.75	22.11	134	443
Ужин		440	17.08	8.62	86.67	494	
	Лимонный напиток	180	0.42	0.04	25.88	106	392
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	60	8.03	3.00	4.38	77	271
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 800	64.23	61.47	247.82	1 802	

МЕНЮ

09.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		450	15.92	22.88	49.41	467	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199
Второй завтрак		100	0.90	0.20	8.10	38	
	Апельсины	100	0.90	0.20	8.10	38	
Обед		700	18.77	14.58	88.05	559	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Кисель из черной смородины	200	0.20	0.04	25.90	105	396
Полдник		250	8.98	15.75	30.31	299	
	Крендель сахарный	50	2.98	3.75	22.11	134	443
	Ряженка	200	6.00	12.00	8.20	165	420
Ужин		470	20.91	8.95	89.41	522	
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	70/3	11.81	3.32	4.25	94	271
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 970	65.48	62.36	265.28	1 885	