

МЕНЮ

09.09.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	448	15,96	22,85	44,52	1,67		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	612	26,95	24,93	69,94	20,23		
Салат из свеклы	34	0,54	2,15	3,15	1,52	40	34
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	76	1,54	4,88	6,52	9,03	180/5	73
Жаркое по-домашнему с курицей	304	19,39	16,90	18,52	9,68	60/110	292
Полдник	178	4,32	9,31	19,43	79,20		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	414	15,69	17,81	47,73	23,92		
Компот из свежих яблок	80	0,13	0,12	19,56	23,76	180	390
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Итого за день:	1 700	63,32	74,90	192,92	127,02		

МЕНЮ

09.09.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	513	18,28	25,72	52,06	2,00		
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
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	689	30,67	28,98	76,41	23,78		
Салат из свеклы	43	0,68	2,69	3,94	2,38	50	34
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Жаркое по-домашнему с курицей	357	22,80	19,88	21,78	11,39	70/130	292
Полдник	192	4,39	9,68	21,79	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	423	15,71	17,83	49,90	26,56		
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200	398
Итого за день:	1 864	69,45	82,21	211,46	142,34		