

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**09.09.2024 понедельник**

Халаева А.М.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	390	10,64	16,60	49,76	0,82		
Каша вязкая пшенная (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 яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	631	21,45	17,95	95,75	9,39		
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
Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
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	30,45	23,59	34,77	0,77		
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 (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:	1 736	66,99	64,04	223,18	12,98		
Стоимость питания 179 руб.							

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халеева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

09.09.2024 понедельник

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	418
Обед	704	24,93	21,48	102,52	10,70		
Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
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	30,53	23,62	32,23	0,95		
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	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:	1 843	71,69	68,64	234,51	14,62		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**09.09.2024 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	229	5,85	4,72	40,89	0,02		
Каша вязкая пшенная на воде	147	3,74	4,34	23,37		200	183
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	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	30,54	23,63	32,22	0,95		
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	
Рыба запеченная в омлете (горбуша)аллергик	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:		1 624	65,28	54,23	218,62	13,27	
Стоимость питания 179 руб.							