

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**10.01.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	Вес (г)	№ рец
Завтрак		431	10,39	15,51	62,43	0,62	
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10 1
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200 414
	Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5 182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69	
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70 299
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11
Полдник		276	4,61	5,90	51,22	0,48	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200 396
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229
Итого за день:		2 071	63,27	67,49	302,19	33,24	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

10.01.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		456	12,71	18,03	60,77	1,22		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		738	26,59	17,94	117,56	7,63		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Полдник		260	4,53	5,90	47,27	0,43		
	Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		506	18,27	23,26	55,96	16,38		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		2 007	62,50	65,13	292,86	27,66		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

10.01.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		294	7,48	4,79	55,24	0,02		
	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	
	Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник		276	4,61	5,90	51,22	0,48		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 934	60,36	56,77	295,00	32,64		
Стоимость питания 179 руб.								