

Заведующий

Халдаева А.М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
10.03.2026 вторник

[illegible]

МЕНЮ

10.03.2026 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36		
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 рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5 187	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок фруктовый.	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед	677	24,26	19,88	100,18	11,76		
Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40 43	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5 179	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394	
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30 293	
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5 73	
Полдник	275	12,12	4,35	46,73	1,12		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441	
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	339	9,40	9,19	54,73	18,87		
Картофель в молоке	178	4,05	8,23	21,96	18,86	180 137	
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180 411	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 814	60,43	54,53	270,06	35,11		

Заведующий

Халаева А.М

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
10.03.2026 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп.
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
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 рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок фруктовый.	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	724	26,24	22,01	105,15	13,33		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5	179
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Полдник	288	13,12	4,65	48,43	1,24		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	345	9,85	7,74	58,81	20,89		
Картофель в молоке	176	4,44	6,76	24,24	20,87	200	137
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	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 889	62,77	54,49	286,49	38,50		