

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

10.09.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		499	22,76	22,43	51,52	0,76		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
	Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	150/20	249
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		734	33,67	28,79	84,90	100,44		
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	310
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	195
	Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
Полдник		237	3,56	3,95	47,04	2,40		
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин		339	13,05	8,47	52,67	0,75		
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
	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	
	Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,25	5,47	17,97	0,73	200	100
Итого за день:		1 856	73,44	63,64	247,43	106,35		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

10.09.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		354	11,95	6,57	61,86	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 гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5 179	
Обед		739	34,36	28,79	85,22	100,20		
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70 322	
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130 199	
	Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50 41	
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б(аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200 73	
Полдник		237	3,56	3,95	47,04	2,40		
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
Ужин		359	13,07	6,45	62,16	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 714	
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2 322	
	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:		1 689	62,94	45,76	256,28	102,64		
Стоимость питания 210 руб								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

10.09.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		422	18,96	18,85	44,12	0,73		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,16	150	249
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		638	28,99	22,83	78,99	90,18		
	Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40	43
	Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	76	1,54	4,88	6,52	9,03	180/5	73
Полдник		228	3,53	3,93	44,85	2,16		
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Ужин		317	12,48	7,90	49,08	0,67		
	Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
	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:		1 652	64,36	53,51	228,34	95,74		
Стоимость питания 210 руб.								