

МЕНЮ

10.11.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	410	13,00	17,86	49,58	1,26		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша вязкая пшеничная (на молоке и воде)	179	5,81	5,24	27,26	0,32	180/5	183
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	603	23,54	21,43	79,15	28,59		
Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
Птица, тушенная в соусе с овощами	262	16,01	14,86	16,10	7,73	160/20	319
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
Полдник	197	3,55	7,16	29,74	79,20		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	476	19,87	9,75	77,01	8,93		
Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	113	11,52	6,64	1,80	0,57	60	260
Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рис отварной с овощами	121	2,50	2,07	23,03	0,80	155	334
Итого за день:	1 724	60,86	56,40	243,58	177,98		

МЕНЮ

10.11.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	441	14,17	18,99	53,37	1,39		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша вязкая пшеничная (на молоке и воде)	199	6,46	5,81	30,20	0,35	200/5	183
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	631	23,86	22,36	83,76	34,02		
Винегрет овощной с луком репчатым	43	0,64	2,71	3,95	2,56	50	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,71	3,79	12,34	5,95	200	82
Птица, тушенная в соусе с овощами	262	16,01	14,86	16,10	7,73	160/20	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	104	0,20	0,04	25,90	17,78	200	396
Полдник	211	3,62	7,53	32,10	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	587	24,62	14,44	89,43	11,05		
Лимонный напиток	118	0,47	0,04	28,76	9,33	200	392
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	148	15,28	8,61	2,40	0,76	80	260
Рис отварной с овощами	185	3,44	4,78	31,97	0,96	155	334
Итого за день:	1 908	67,16	63,51	266,76	194,47		

МЕНЮ

10.11.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети 3-7 (аллергики)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	372	9,02	13,39	53,92	0,37		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша вязкая пшеничная на воде(аллергик)	199	6,46	5,81	30,20	0,35	200/5	183
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	631	23,86	22,36	83,76	34,02		
Винегрет овощной с луком репчатым	43	0,64	2,71	3,95	2,56	50	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,71	3,79	12,34	5,95	200	82
Птица, тушенная в соусе с овощами	262	16,01	14,86	16,10	7,73	160/20	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	104	0,20	0,04	25,90	17,78	200	396
Полдник	211	3,62	7,53	32,10	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	587	24,62	14,44	89,43	11,05		
Лимонный напиток	118	0,47	0,04	28,76	9,33	200	392
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	148	15,28	8,61	2,40	0,76	80	260
Рис отварной с овощами	185	3,44	4,78	31,97	0,96	155	334
Итого за день:	1 839	62,01	57,91	267,31	193,45		