

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

## МЕНЮ

11.01.2024 четверг

[illegible]

Заведующий

Халеева А.М

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

## МЕНЮ

11.01.2024 четверг

| Наименование                                   | Энерг.<br>цен. | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | №<br>реп |
|------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|----------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>414</b>     | <b>13,95</b> | <b>20,37</b> | <b>43,84</b>  | <b>1,72</b>  |         |          |
| 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 "Геркулес" жидкая на молоке               | 183            | 6,76         | 7,75         | 21,52         | 0,78         | 170/5/5 | 199      |
| <b>Второй завтрак</b>                          | <b>38</b>      | <b>0,90</b>  | <b>0,20</b>  | <b>8,10</b>   | <b>60,00</b> |         |          |
| Апельсины                                      | 38             | 0,90         | 0,20         | 8,10          | 60,00        | 100     |          |
| <b>Обед</b>                                    | <b>568</b>     | <b>23,49</b> | <b>18,06</b> | <b>77,94</b>  | <b>28,34</b> |         |          |
| 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 с овощами                      | 227            | 15,96        | 11,49        | 14,89         | 7,48         | 20/160  | 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      |
| <b>Полдник</b>                                 | <b>256</b>     | <b>11,98</b> | <b>6,45</b>  | <b>37,41</b>  | <b>1,08</b>  |         |          |
| Крендель сахарный                              | 134            | 2,98         | 3,75         | 22,11         |              | 50      | 443      |
| Йогурт                                         | 122            | 9,00         | 2,70         | 15,30         | 1,08         | 180     |          |
| <b>Ужин</b>                                    | <b>563</b>     | <b>19,59</b> | <b>10,99</b> | <b>96,26</b>  | <b>1,41</b>  |         |          |
| Компот из чернослива                           | 145            | 0,78         |              | 35,47         | 0,43         | 180     | 390      |
| Хлеб пшеничный                                 | 45             | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |          |
| Хлеб ржаной                                    | 87             | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |          |
| Рис отварной с овощами                         | 179            | 3,33         | 4,63         | 30,94         | 0,90         | 150     | 334      |
| Котлеты или биточки рыбные запеченные(горбуша) | 107            | 10,18        | 5,41         | 4,38          | 0,08         | 60      | 271      |
| <b>Итого за день:</b>                          | <b>1 839</b>   | <b>69,91</b> | <b>56,07</b> | <b>263,55</b> | <b>92,55</b> |         |          |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b>              |                |              |              |               |              |         |          |

Халаева А.М.

Дети 3-7 (аллергики)

**11.01.2024** **четверг**

Халаева А.М.