

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

11.03.2026 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	795	38,77	30,29	91,51	109,81		
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	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
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	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
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	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 995	87,27	70,08	253,56	163,14		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

11.03.2026 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	482	20,09	22,27	50,38	0,72		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	664	31,91	23,22	81,62	97,03		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40	21
Котлеты рубленные 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
Суп картофельный с фасолью к/б	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
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	288	10,87	7,85	43,61	36,91		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20	143
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.	1 753	75,39	58,09	232,14	145,78		

Заведующий

Ходяева А. М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
11.03.2026 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	280	8,41	5,12	50,16	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 вязкая (аллергик)	174	5,32	4,53	28,11		180	187
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	795	38,77	30,29	91,51	109,81		
Котлеты рубленные 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	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	173	3,28	1,69	36,13	0,82		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
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	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 616	62,50	47,49	234,50	161,97		