

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

11.04.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	439	10,80	17,25	60,15	1,04		
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 рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	777	33,20	26,12	102,44	8,76		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	517	17,43	18,10	71,12	0,02		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
Итого за день:	2 129	68,41	69,12	308,66	10,64		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

Халаева А.М.

МЕНЮ

11.04.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	442	12,24	18,63	56,44	1,41		
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 рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5	182
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	764	31,18	20,44	113,70	7,75		
Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180	391
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Полдник	298	3,90	1,65	66,90	0,47		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	509	17,37	18,08	69,32	0,01		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
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	
Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
Итого за день:	2 095	67,69	64,80	310,46	9,94		
Стоимость питания 179 руб.							