



Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**11.05.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	373	6,50	11,54	60,88	0,85		
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 кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
Обед	708	28,99	24,57	92,66	27,52		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Полдник	314	3,99	1,65	70,84	0,57		
Компот из чернослива	161	0,87		39,41	0,53	200	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	331	10,68	4,43	62,03	0,02		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
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:	1 726	50,16	42,19	286,41	28,96		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**11.05.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	527	15,84	21,65	67,17	1,96		
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 кукурузная вязкая молочная	285	8,13	8,47	44,00	0,92	210	182
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	708	28,99	24,57	92,66	27,52		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Полдник	314	3,99	1,65	70,84	0,57		
Компот из чернослива	161	0,87		39,41	0,53	200	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	442	22,98	13,02	58,09	0,24		
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	
Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	140/30	249
Итого за день:	2 059	76,80	62,39	297,26	30,89		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**11.05.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	489	14,55	20,28	62,13	1,69		
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 кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	615	23,91	18,64	87,60	23,92		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40	15
Котлеты рубленные из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
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	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп рыбный с крупой (минтай)	89	5,90	2,38	10,96	5,21	180	95
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	359	18,97	9,21	50,01	0,19		
Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,18	140/10	249
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:	1 829	66,33	51,28	275,14	26,87		