



Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
11.08.2025 понедельник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		424	11,74	17,64	54,66	0,97		
	Каша вязкая пшениная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		639	22,75	20,42	90,85	17,81		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		236	3,60	3,77	47,13			
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		427	27,59	20,97	31,98	0,91		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	275	22,13	19,98	1,81	0,13	150	229
Итого за день:210,00рублей		1 773	66,08	62,80	235,92	21,69		

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
11.08.2025 понедельник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		257	6,92	5,04	46,00	0,02		
	Каша вязкая пшенная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
	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	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		639	22,75	20,42	90,85	17,81		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		236	3,60	3,77	47,13			
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		386	24,59	17,61	31,98	1,31		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	234	19,13	16,62	1,81	0,53	150	229
Итого за день:210,00рублей		1 565	58,26	46,84	227,26	21,14		