

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

11.09.2024 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		446	20,13	19,62	47,24	0,22		
	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	
	Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,20	170 249	
		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Второй завтрак								
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100 420	
		679	31,15	25,86	80,06	103,10		
Обед								
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70 299	
	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	206	11,97	5,34	27,44		130 199	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5 73	
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11	
		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
Полдник								
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
		339	13,05	8,47	52,67	0,75		
Ужин								
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2 227	
	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	
	Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,25	5,47	17,97	0,73	200 100	
		1 751	71,38	66,03	217,78	106,77		
Итого за день:								
Стоимость питания 179 руб.								

Дети от 1 до 3 лет

11.09.2024 среда

[illegible]

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

11.09.2024 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	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	69	2,98	0,56	12,95		35	
Обед		677	31,09	25,72	79,86	102,86		
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70 299	
	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	206	11,97	5,34	27,44		130 199	
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11	
	Щи из свежей капусты с картофелем (аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200 73	
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
Ужин		445	16,66	8,98	74,51	0,02		
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2 227	
	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 гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5 179	
Итого за день:		1 595	60,16	44,82	237,59	105,30		
Стоимость питания 179 руб.								