



Каримова Ирина Рустамовна

МЕНЮ
11.11.2022 пятница
Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	424	11,27	17,23	56,12	1,05		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	559	21,91	16,01	81,87	7,47		
Борщ с картофелем на м/б	84	2,12	3,44	11,25	5,47	180	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30	294
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник	256	11,42	6,69	37,31	1,17		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	481	28,36	15,05	58,02	0,23		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	316	22,88	14,04	24,42	0,22	130	250
Итого за день:	1 767	73,36	54,98	244,62	11,92		



МЕНЮ

11.11.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети 3-7 (аллергики)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	394	8,50	14,44	57,52	0,54		
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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	595	23,71	17,76	85,26	9,88		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,36	3,82	12,50	6,75	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	294
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	3,13	50	
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин	335	8,27	4,74	64,73	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша вязкая рисовая (на воде)	162	2,73	3,71	29,33		200	183
Итого за день:	1 583	43,94	44,70	250,81	100,53		

МЕНЮ

11.11.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	452	11,96	18,00	60,81	1,17		
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
Каша "Дружба" на молоке	215	5,81	6,70	32,97	0,55	200	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	595	23,71	17,76	85,26	9,88		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,36	3,82	12,50	6,75	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	294
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	3,13	50	
Полдник	269	12,42	6,99	39,01	1,29		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	586	35,46	19,39	67,33	0,39		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5	250
Итого за день:	1 950	83,94	62,14	263,72	14,73		