

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**11.11.2024 понедельник**

Харавва А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		352	6,89	11,40	55,62	0,87		
	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 вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		655	26,29	22,01	88,12	5,73		
	Котлеты рубленные 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	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Полдник		178	3,22	1,64	37,66	0,20		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		525	22,81	9,64	86,68	2,83		
	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	211	6,31	5,00	35,18		150	179
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:		1 757	59,61	44,69	279,38	11,63		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**11.11.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		423	9,71	14,46	63,46	0,54		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
	Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		655	26,29	22,01	88,12	5,73		
	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	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Полдник		247	8,37	7,24	37,11	1,22		
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		549	23,34	11,14	88,79	3,23		
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	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	211	6,31	5,00	35,18		150	179
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:		1 921	68,11	54,85	288,78	12,72		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**11.11.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		465	13,16	18,24	62,09	1,34		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		565	20,95	16,39	83,37	7,25		
	Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
	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
	Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
	Суп картофельный с мучными клецками (куриный)	58	1,38	2,02	8,67	3,01	180	91
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
Полдник		236	7,84	6,68	36,26	1,02		
	Молоко кипяченое	95	4,73	5,07	7,70	0,84	180	419
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		517	20,60	10,25	85,56	2,88		
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	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	211	6,31	5,00	35,18		150	179
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60	279
Итого за день:		1 830	62,95	51,56	278,57	14,49		
Стоимость питания 179 руб.								