

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

12.02.2025 среда

Халасева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		499	22,76	22,43	51,52	0,76	410
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200
	Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	150/20
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
Обед		671	31,15	22,91	84,67	100,44	705
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	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
	Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40	250
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200
Ужин		339	13,05	8,47	52,67	0,75	470
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	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
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 796	74,01	65,89	226,67	104,65	

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

12.02.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		422	18,96	18,85	44,12	0,73	370
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,16	150
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
Обед		654	29,94	21,82	84,51	90,19	645
	Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
	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
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5
Полдник		196	4,02	6,06	31,52	2,16	230
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		317	12,48	7,90	49,08	0,67	430
	Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180
	Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 671	68,40	60,63	213,33	94,05	
Стоимость питания 179 руб.							