

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

12.03.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		544	23,34	24,75	56,92	0,77	400
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
Обед		735	35,42	25,22	91,10	96,81	720
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	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	238	13,81	6,16	31,66		150
	Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50
Полдник		228	3,99	6,04	39,63	1,72	250
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	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
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10
Итого за день:		1 947	74,37	74,58	244,19	118,82	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

12.03.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		482	20,09	22,27	50,38	0,72	350
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130
	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		677	32,09	22,56	86,60	84,24	640
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40
	Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180
	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
Полдник		217	3,97	6,03	36,85	1,55	230
	Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29	410
	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
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5
Итого за день:		1 789	67,39	68,25	226,78	104,10	
Стоимость питания 179 руб.							