

Хеласва А.М.

Дети от 3 до 7 лет

12.04.2024 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	561	27,64	28,06	49,34	1,24		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,20	170	249
Второй завтрак	135	10,00	3,00	17,00	1,20		
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Обед	521	14,36	12,74	87,03	29,90		
Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	130/70	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50	20
Полдник	162	4,15	5,90	23,10	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	552	18,90	25,18	62,27	20,56		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Салат из кукурузы (консервированной)	81	1,43	4,47	8,69	4,37	70	12
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.	1 931	75,05	74,88	238,75	54,90		

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

12.04.2024 пятница

[illegible]