

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

12.08.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		491	10,01	18,21	71,70	0,62		
	Бутерброды с маслом	187	3,37	10,38	20,10		55	1
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		706	26,15	25,22	93,43	17,62		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Полдник		273	16,48	6,28	37,70	1,22		
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		345	9,85	7,74	58,81	20,89		
	Картофель в молоке	176	4,44	6,76	24,24	20,87	200	137
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день: 210,00 рублей		1 859	62,89	57,85	271,44	50,35		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

12.08.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		460	9,72	17,94	64,78	0,62	
	Бутерброды с маслом	187	3,37	10,38	20,10	55	1
	Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06	200/5	183
	Кофейный напиток на воде (аллергик)	107	3,55	3,76	14,62	200	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	100	386
Обед		629	24,45	25,12	76,02	17,65	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42	25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05	25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	50	12
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	40/30	293
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	150/5	183
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б(аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	200	73
Полдник		184	3,37	3,80	34,23	0,02	
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	190/10	411
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13	50	452
Ужин		357	9,35	6,36	65,64	36,62	
	Картофель отварной	188	3,94	5,38	31,07	200	136
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	190/10	411
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42	25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05	25	
Итого за день: 210,00 рублей		1 674	47,28	53,62	250,47	64,91	