

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**12.09.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		495	15,65	20,24	62,69	1,04		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
	Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60		
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед		625	24,23	20,26	86,34	9,17		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Борщ с картофелем на к/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин		577	32,21	17,58	72,54	10,35		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
	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	
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	364	26,40	16,20	28,17	0,33	150	250
Итого за день:		1 976	80,15	67,35	262,07	109,25		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**12.09.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		528	17,33	23,40	62,01	1,75		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
	Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5 187	
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60		
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед		585	22,36	18,29	82,82	7,98		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180 394	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30 293	
	Борщ с картофелем на к/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180 64	
Полдник		197	2,99	7,40	29,64	79,29		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Ужин		461	23,52	12,98	62,55	10,23		
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5 250	
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180 411	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 839	71,20	63,57	245,52	99,85		
Стоимость питания 210 руб,								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**12.09.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		306	7,03	4,55	59,21	0,85		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
	Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	187
Обед		625	24,23	20,26	86,34	9,17		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Борщ с картофелем на к/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин		420	9,53	5,54	83,09	10,02		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
	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	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	207	3,72	4,16	38,72		150/5	179
Итого за день:		1 562	43,85	38,12	260,64	108,13		
Стоимость питания 210 руб.								