

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**12.10.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	430	12,56	18,82	52,82	1,41		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	746	31,34	21,79	106,18	8,78		
Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
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	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	298	3,90	1,65	66,90	0,47		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	424	13,93	17,42	52,94	10,98		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 945	62,13	59,68	290,14	23,64		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**12.10.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	463	13,65	20,04	56,97	1,56		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	713	30,62	24,01	93,72	9,93		
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 вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	415	14,01	17,45	50,40	11,16		
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 952	62,66	63,15	283,24	25,17		