

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

12.11.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		309	9,30	5,87	54,84	0,02		
	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 гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		200/5/5	187
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		580	22,80	17,87	81,90	18,90		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		75	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		75	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	75	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник		135	3,91	5,94	16,50	0,78		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	417
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		347	9,39	9,29	56,29	100,88		
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		75	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		75	
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Итого за день:		1 415	45,80	39,37	219,33	130,58		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

12.11.2025 среда



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		346	10,16	15,59	41,27	1,13		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		591	23,11	19,00	81,81	18,41		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	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	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	84
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник		237	12,75	8,60	27,10	1,08		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		423	21,44	13,76	53,47	79,40		
	Пудинг из творога (запеченный)	224	15,44	9,35	19,54	0,20	150/20	249
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 641	67,86	57,35	213,45	110,02		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
12.11.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		383	11,59	17,09	45,75	1,35		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200	101
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		599	23,20	19,01	83,69	18,91		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	150	1
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	57
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	391
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник		250	13,75	8,90	28,80	1,20		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		514	25,58	18,19	61,75	88,25		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	1
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Пудинг из творога (запеченный)	305	19,64	13,46	26,29	0,25	170/20	749
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 790	74,52	63,59	229,79	119,71		