

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
13.03.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		300	5,90	12,07	42,04	0,98	450
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5
Обед		559	18,77	14,58	88,05	32,75	700
	Икра свекольная	50	1,17	2,30	6,17	3,36	50
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200
Полдник		171	3,09	3,78	31,21	0,02	250
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50
Ужин		522	20,91	8,95	89,41	9,91	470
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 552	48,67	39,38	250,71	43,66	

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

13.03.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		467	15,92	22,88	49,41	2,00	450
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
Обед		559	18,77	14,58	88,05	32,75	700
	Икра свекольная	50	1,17	2,30	6,17	3,36	50
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200
Полдник		171	3,09	3,78	31,21	0,02	250
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50
Ужин		522	20,91	8,95	89,41	9,91	470
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день:		1 787	63,69	51,69	266,58	45,28	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

13.03.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		414	13,95	20,37	43,84	1,72	400
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
Обед		574	23,92	17,73	79,72	29,39	630
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180
	Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180
	Икра свекольная	40	0,94	1,84	4,94	2,69	40
Полдник		163	3,03	3,76	29,41	0,01	230
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50
Ужин		494	17,08	8,62	86,67	8,86	440
	Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	77	8,03	3,00	4,38	0,40	60
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день:		1 713	62,98	51,98	248,14	40,58	
Стоимость питания 179 руб.							