

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

13.06.2023 вторник

Каримова Ирина

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	431	10,18	16,40	60,54	0,94		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	692	24,50	18,40	106,88	22,17		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40	21
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
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
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	234	3,39	1,81	51,15	2,20		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Ужин	331	8,24	11,39	48,85	20,08		
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	
Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	20,07	180	148
Итого за день:	1 735	46,71	48,00	278,72	47,39		



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**13.06.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	440	9,09	15,38	66,22	0,62		
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
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	741	26,53	20,61	112,07	31,16		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50	21
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
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	243	3,42	1,83	53,34	2,44		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин	357	8,62	12,57	52,44	24,79		
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	
Рагу из овощей	188	3,21	11,59	17,87	24,77	200	148
Итого за день:	1 828	48,06	50,38	295,37	61,01		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**13.06.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	409	8,80	15,11	59,30	0,62		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	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	0,62	200	414
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	741	26,52	20,61	112,07	31,16		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50	21
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
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник	243	3,42	1,83	53,34	2,44		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин	315	7,90	9,96	48,42	14,90		
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	
Рагу из овощей	146	2,49	8,98	13,85	14,88	150/5	148
Итого за день:	1 755	47,05	47,51	284,43	51,12		