

МЕНЮ

13.07.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	293	7,24	12,48	38,10	0,67		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	626	22,90	18,72	91,41	33,96		
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	32	0,46	2,46	1,98	8,17	40	14
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Котлеты, биточки, шницели рубленные	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
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	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
Полдник	227	3,56	3,77	44,93			
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Ужин	462	23,20	14,47	59,82	0,23		
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	249
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 664	59,70	52,64	238,36	35,56		

МЕНЮ

13.07.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	315	7,83	13,05	41,70	0,83		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10 1	
Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,27	5,47	17,98	0,81	200 100	
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100 420	
Обед	627	23,78	19,50	88,84	36,00		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5 136	
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70 299	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200 87	
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	40	0,57	3,07	2,47	10,21	50 14	
Полдник	227	3,57	3,77	44,93			
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
Компот из изюма	80	0,31		19,80		180 394	
Ужин	470	23,26	14,49	61,62	0,24		
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130 249	
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 695	61,23	54,01	241,18	37,77		