

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**13.10.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		423	9,71	14,46	63,46	0,54		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
	Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	415
Обед		730	29,21	22,86	101,71	10,07		
	Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	33
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Полдник		240	7,68	9,62	30,56	1,13		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Ужин		476	21,77	8,09	78,96	2,83		
	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
	Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:		1 916	68,77	55,03	285,99	16,57		
Стоимость питания 210 руб.								

МЕНЮ**13.10.2025 понедельник**

Харасева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		465	13,16	18,24	62,09	1,34		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	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		641	24,39	17,38	96,41	11,15		
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	327
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
Полдник		229	7,15	9,06	29,71	0,93		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Молоко кипяченое	95	4,73	5,07	7,70	0,84	180	419
Ужин		444	19,03	7,20	75,73	2,48		
	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	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60	279
		1 826	64,13	51,88	275,23	17,90		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**13.10.2025 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		285	7,42	4,41	53,95	0,87		
	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 вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	162
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		730	29,21	22,86	101,71	10,07		
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	327
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
	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
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Полдник		171	2,53	4,02	31,11	0,11		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Ужин		476	21,77	8,09	78,96	2,83		
	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
	Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Итого за день:		1 709	61,33	39,38	277,03	15,88		
Стоимость питания 210 руб.								