

МЕНЮ

13.11.2025 четверг

Халасева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		327	9,03	7,45	55,85	0,54		
	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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	151
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		669	30,47	23,90	82,95	12,33		
	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	
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	391
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
		1 772	57,89	50,45	271,35	26,55		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ**13.11.2025 четверг**

Халеева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		430	12,56	18,82	52,82	1,41		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	414
	Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		706	31,20	21,69	96,48	10,94		
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	714
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
	Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	141
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	743
Полдник		298	3,90	1,65	66,90	0,47		
	Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		424	13,93	17,42	52,94	10,98		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 905	61,99	59,58	280,44	25,80		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**13.11.2025 четверг**

Халасева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		463	13,65	20,04	56,97	1,56		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	417
	Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	163
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		669	30,47	23,90	82,95	12,33		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		100	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	340
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 908	62,51	63,04	272,47	27,57		
Стоимость питания 210 руб.								