

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**13.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	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	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		659	24,50	19,63	95,93	45,93		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
	Капуста тушеная	125	3,48	5,65	15,17	34,24	155	143
Полдник		152	3,86	5,93	20,90	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 688	57,45	56,93	236,27	74,42		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**13.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30	251
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		641	23,44	18,24	95,89	39,70		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	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	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
	Капуста тушеная	121	3,37	5,47	14,68	32,07	150	143
Полдник		263	9,15	16,70	19,18	0,97		
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		506	18,27	23,26	55,96	16,38		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	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	396
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		2 090	86,77	91,78	229,56	68,30		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

Халаева А.М.

МЕНЮ**13.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30	251
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		659	24,50	19,63	95,93	45,93		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
	Капуста тушеная	125	3,48	5,65	15,17	34,24	155	143
Полдник		280	9,75	17,90	20,00	0,60		
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		2 256	94,87	101,37	240,84	76,43		

Стоимость питания 179 руб.