

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Халаева А.М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

14.03.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		482	14,16	19,97	61,58	1,87	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5
	Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		605	23,85	18,64	85,40	8,59	720
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
	Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200
	Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09	250
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
Ужин		392	9,14	6,01	75,31	10,92	500
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 737	50,61	52,39	265,59	111,47	

Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
14.03.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		528	17,33	23,40	62,01	1,75	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180
	Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		568	22,05	16,89	82,01	7,48	660
	Борщ с картофелем на м/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40
Полдник		197	2,99	7,40	29,64	79,29	230
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
Ужин		461	23,52	12,98	62,55	10,23	460
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 801	66,29	60,67	247,51	100,75	

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

14.03.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		495	15,65	20,24	62,69	1,04	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
	Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		605	23,85	18,64	85,40	8,59	720
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
	Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200
	Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09	250
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
Ужин		469	23,58	13,00	64,35	10,24	480
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 827	66,54	59,65	255,74	109,96	
Стоимость питания 179 руб.							