

Каримова Ирина

Дети от 3 до 7 лет

14.04.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	513	18,28	25,72	52,06	2,00		
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
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	592	22,76	19,71	80,92	29,80		
Голубцы ленивые	246	14,43	11,99	20,19	17,80	160	315
Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
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	
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Суп картофельный с крупой пшенной	73	1,74	2,27	11,43	6,60	200	86
Полдник	266	8,72	8,05	39,63	1,44		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Кефир	113	5,60	6,40	8,20	1,40	200	420
Ужин	486	16,12	18,18	64,52	11,36		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
Итого за день:	1 904	66,27	71,66	248,43	46,60		

Заведующего

Каримова Ирина

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

14.04.2023 **пятница**

Каримова Ирина

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	448	15,96	22,85	44,52	1,67		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	564	22,41	18,59	76,82	25,74		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Голубцы ленивые	246	14,43	11,99	20,19	17,80	160	315
Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
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 крупой пшенной	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Полдник	255	8,16	7,41	38,81	1,30		
Кефир	102	5,04	5,76	7,38	1,26	180	420
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	475	16,10	18,17	61,87	11,24		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Кисель из вишни	97	0,14	0,08	23,90	1,08	180	396
Итого за день:	1 789	63,03	67,02	233,32	41,95		