

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**14.05.2024 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	507	18,43	25,71	50,66	2,00		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200 416	
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5 199	
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	555	18,60	13,98	88,77	33,51		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130 321	
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200 393	
Салат из картофеля с огурцами	43	0,80	1,90	5,80	3,74	50 24	
Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200 69	
Полдник	224	5,58	2,44	44,91	2,47		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
Ужин	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10 148	
Итого за день:	1 712	56,23	56,20	245,28	57,80		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

Халзаева А.М.

МЕНЮ

14.05.2024 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	453	16,73	23,49	43,72	1,78		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	564	20,34	19,22	77,59	29,61		
Салат из картофеля с огурцами	34	0,64	1,52	4,64	2,99	40	24
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110	321
Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	69
Полдник	215	5,55	2,42	42,72	2,23		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Ужин	331	8,24	11,39	48,85	17,29		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5	148
Итого за день:	1 631	55,86	58,02	221,38	51,51		
Стоимость питания 179 руб.							