

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**14.08.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	461	11,79	16,66	66,09	1,74		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Каша ячневая вязкая(гарнир)	218	5,79	5,35	36,85	1,12	210	182
Кофейный напиток на воде (аллергик)	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	645	28,43	15,66	97,75	10,93		
Салат из горошка зеленого консервированного	41	1,47	2,60	3,09	5,94	50	10
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленные из курицы (филе)	132	13,69	3,40	11,78	0,11	70	322
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
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	494	21,63	8,00	83,60	1,63		
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	
Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
Итого за день:	1 800	66,11	46,26	279,64	16,32		



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**14.08.2023 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	431	10,39	15,51	62,43	0,62		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	645	28,43	15,66	97,75	10,93		
Салат из горошка зеленого консервированного	41	1,48	2,60	3,09	5,94	50	10
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленые из курицы (филе)	132	13,69	3,40	11,78	0,11	70	322
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник	221	9,01	11,53	20,35	1,04		
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	494	21,63	8,00	83,60	1,63		
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	
Фрикадельки рыбные	92	10,90	3,51	4,12	0,43	80	279
Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
Итого за день:	1 838	69,86	50,70	275,43	16,22		