



Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**14.09.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	418	10,57	16,25	57,46	1,27		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Второй завтрак							
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
	718	26,87	27,21	91,57	13,90		
Обед							
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5	73
	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Полдник							
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
	377	19,41	9,01	54,32	11,59		
Ужин							
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
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
Итого за день:	1 871	61,23	54,52	284,00	37,28		

МЕНЮ**14.09.2023 четверг**

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	500	17,21	22,12	58,02	1,46		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200 419	
Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5 182	
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед	718	26,87	27,21	91,57	13,90		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70 322	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50 54	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	84	1,71	5,41	7,23	10,01	200/5 73	
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441	
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390	
Ужин	377	19,41	9,01	54,32	11,59		
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150 339	
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 412	
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	
Итого за день:	1 953	67,87	60,39	284,56	37,47		



МЕНЮ

14.09.2023 четверг

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	534	18,62	24,99	58,71	2,11		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180 419	
Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5 182	
	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Второй завтрак							
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
	624	22,18	20,82	86,88	12,39		
Обед							
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60 322	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180 390	
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40 54	
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной к/б	76	1,54	4,88	6,52	9,03	180/5 73	
	298	3,90	1,65	66,90	0,47		
Полдник							
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180 390	
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441	
	363	16,62	8,11	55,82	11,30		
Ужин							
Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150 339	
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180 412	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60 279	
Итого за день:	1 863	61,72	55,97	278,11	36,27		