

МЕНЮ

15.08.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	468	13,60	18,56	61,73	1,27		
Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	610	21,78	21,51	82,38	88,40		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	214	2,72	3,99	41,81	0,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Ужин	381	23,08	16,94	34,16	0,72		
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	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
Итого за день:	1 720	61,58	61,01	231,38	92,48		

МЕНЮ

15.08.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	434	10,67	15,37	63,30	0,62		
Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	668	23,85	24,32	88,35	100,01		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	8,53	200	83
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	154	10,69	11,12	2,81	0,68	70	293
Полдник	223	2,75	3,99	44,01	0,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Компот из изюма	89	0,33		22,00		200	394
Ужин	372	23,16	16,97	31,62	0,90		
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	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
Итого за день:	1 744	60,83	60,65	238,58	103,62		