


Халаева А.М.

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
15.09.2025 понедельник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		423	9,71	14,46	63,46	0,54		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200/413	
	Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/515 182	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100/418	
Обед		691	28,71	23,08	92,17	5,73		
	Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70/377	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130/130	
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200/394	
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200/91	
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50/10	
Полдник		247	8,37	7,24	37,11	1,22		
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200/419	
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50/447	
Ужин		496	22,54	7,81	83,73	1,81		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150/316	
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3 271	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200/396	
Итого за день:		1 904	69,73	52,59	287,77	11,30		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
15.09.2025 понедельник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		285	7,42	4,41	53,95	0,87		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
	Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	189
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		691	28,71	23,08	92,17	5,73		
	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	
	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
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Полдник		178	3,22	1,64	37,66	0,20		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		496	22,54	7,81	83,73	1,81		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	250	390
Итого за день:		1 697	62,29	36,94	278,81	10,61		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
15.09.2025 понедельник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		465	13,16	18,24	62,09	1,34		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		601	23,37	17,46	87,42	7,25		
	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 кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
	Суп картофельный с мучными клецками (куриный)	58	1,38	2,02	8,67	3,01	180	91
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
Полдник		236	7,84	6,68	36,26	1,02		
	Молоко кипяченое	95	4,73	5,07	7,70	0,84	180	419
	Кух с масляно -сахарной крошкой	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		468	18,74	7,48	81,21	1,48		
	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	
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	77	8,03	3,00	4,38	0,40	60	221
	Кисель из вишни	97	0,14	0,08	23,90	1,08	180	394
Итого за день:		1 817	63,51	49,86	278,27	13,09		
Стоимость питания 210 руб.								