

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

16.02.2024 пятница

[illegible]

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	708	39,89	36,51	54,98	1,45		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30	251
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	539	14,79	13,27	90,05	32,85		
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	130/70	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,74	2,27	11,43	7,33	200	86
Полдник	115	2,43	0,43	25,27	0,96		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Ужин	565	20,33	26,93	60,13	18,45		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:	1 995	82,44	78,64	238,93	54,31		
Стоимость питания 179 руб.							