

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**16.09.2024 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		568	22,99	17,52	79,52	11,21		
	Салат из горошка зеленого консервированного	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
	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	
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
	Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
	Суп картофельный с мучными клецками (куриный)	58	1,38	2,02	8,67	3,01	180	91
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		436	19,01	7,08	74,00	21,92		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
	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:		1 752	63,40	49,52	263,16	37,49		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**16.09.2024 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	1
	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		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		655	28,30	23,15	83,40	10,13		
	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
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
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	442
Ужин		468	21,75	7,96	77,04	24,43		
	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
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Итого за день:		1 840	68,53	52,81	272,31	38,32		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

16.09.2024 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	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		655	28,30	23,15	83,40	10,13		
	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
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Суп картофельный с мучными клецками(куриный)	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
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 сахаром	141	3,11	1,61	28,56	0,18	50	442
Ужин		468	21,75	7,96	77,04	24,43		
	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
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Итого за день:		1 633	61,09	37,16	263,35	37,63		
Стоимость питания 179 руб.								