

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

16.11.2023 четверг

[illegible]

Заведующий

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

16.11.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	414	13,95	20,37	43,84	1,72		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	568	23,49	18,06	77,94	28,34		
Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
Полдник	163	3,03	3,76	29,41	0,01		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	494	17,08	8,62	86,67	8,86		
Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
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	271
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:	1 683	57,95	51,21	247,66	48,93		
Стоимость питания 179 руб.							

Заведующий

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

16.11.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	467	15,92	22,88	49,41	2,00		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	557	18,29	15,36	86,21	34,52		
Птица, тушеная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13	50	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник	171	3,09	3,78	31,21	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин	522	20,91	8,95	89,41	9,91		
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	
Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.	1 761	58,61	51,37	266,04	56,45		