



Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
16.12.2025 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	272	5,89	4,39	52,11	0,02		
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 рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5 183	
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 176	
Обед	671	27,11	22,59	89,81	22,97		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		10	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00		
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	2 20 186	
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 293	
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200 87	
Полдник	167	3,42	3,81	29,83	0,78		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190,5/5 411	
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
Ужин	333	11,68	10,03	48,94	46,10		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		-	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	10	
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200 344	
	1 487	48,50	41,22	230,49	79,87		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

16.12.2025 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36	
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 г
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180/414
Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5 180
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00	
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386
Обед	622	24,86	20,18	85,12	18,88	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 г
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30 292
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 180
Суп картофельный с фасолью к/б	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10	
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180
Ужин	300	10,95	7,90	46,33	41,22	
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 180
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180 394
Итого за день:	1 702	65,94	55,57	234,37	72,56	

Стоимость питания 210 руб.

МЕНЮ

16.12.2025 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
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	
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5 182	
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 24	
Обед	671	27,11	22,59	89,81	22,97		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50 2	
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200 394	
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 292	
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200 87	
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 411	
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	25	
Ужин	333	11,68	10,03	48,94	46,10		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20 11	
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200 344	
	1 806	68,83	59,39	249,05	81,33		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.