



МЕНЮ

17.08.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	499	22,76	22,43	51,52	0,76		
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
Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	140/30	249
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	699	32,77	26,75	81,28	108,73		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,76	11,09	205	73
Полдник	224	3,28	3,93	44,02	2,67		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Ужин	394	18,16	12,83	51,45	0,83		
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,50	0,81	200	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		1/2	227
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 884	81,97	67,44	236,77	113,59		

МЕНЮ

17.08.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	404	18,38	18,79	40,42	0,75		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг из творога (запеченный)	180	13,04	8,19	13,54	0,18	120/30	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	652	29,77	24,24	78,67	95,02		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40	15
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Полдник	215	3,25	3,91	41,83	2,16		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Ужин	372	17,54	12,23	48,00	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		1/2	227
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 711	73,94	60,67	217,42	99,20		