

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
18.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		358	11,07	8,51	59,36	0,62	445
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35
	Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5
	Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		944	44,72	45,93	87,83	35,08	700
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130
Полдник		237	3,56	3,95	47,04	2,40	250
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 941	68,37	71,36	256,47	67,32	

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

18.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		506	17,55	23,38	56,55	1,75	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		718	30,51	30,75	79,89	28,10	610
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Свекольник с картофелем на к/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180
	Плов из птицы (рис)	407	23,12	23,87	25,00	0,54	60/100
Полдник		215	5,55	2,42	42,72	2,23	230
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29	410
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5
Итого за день:		1 814	62,25	68,34	237,81	59,37	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

18.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		470	14,61	20,21	57,61	1,04	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
	Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		944	44,72	45,93	87,83	35,08	700
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Свекольник с картофелем на к/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200
	Плов из птицы (рис)	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130
Полдник		224	5,58	2,44	44,91	2,47	250
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10
Итого за день:		2 040	73,93	81,55	252,59	67,81	
Стоимость питания 179 руб.							