

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**18.11.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		434	10,67	15,37	63,30	0,62		
	Каша вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		704	24,93	21,48	102,52	10,70		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		501	31,91	25,91	35,04	2,85		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	150	229
Итого за день:		1 890	72,00	68,66	245,96	16,17		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**18.11.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		468	13,60	18,56	61,73	1,27		
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		631	21,45	17,95	95,75	9,39		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Фрикадельки из птицы	130	8,82	7,88	5,85	0,29	60	325
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Полдник		195	4,05	5,90	31,60			
	Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		418	24,46	19,23	36,97	2,62		
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
Итого за день:		1 759	63,96	61,65	237,35	15,28		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**18.11.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		281	7,32	4,32	53,19	0,83		
	Каша вязкая манная на воде (аллергик)	175	4,23	3,73	31,14	0,81	205	182
	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	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		704	24,93	21,48	102,52	10,70		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		464	28,97	23,26	34,79	2,83		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из горошка зеленого консервированного	37	1,38	2,29	2,81	1,90	50	10
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)аллергик	275	22,13	19,98	1,81	0,15	150	229
Итого за день:		1 700	65,71	54,96	235,60	16,36		
Стоимость питания 179 руб.								