

МЕНЮ

18.12.2025 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	233	6,43	5,08	40,37	0,98		
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 "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5	190
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00		
Обед	613	18,95	15,32	99,73	19,00		
Птица, тушенная 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
Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48	200	390
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	11
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	20	377
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:	1 586	49,78	33,13	272,02	31,91		

Стоимость питания 210 руб.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халаева А. М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
18.12.2025 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	104
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	105
Обед	619	24,09	18,02	90,10	14,37		
Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64		
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	
Компот(компотная смесь) с/м	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Полдник	282	8,38	14,55	29,49	0,97		
Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	440
Ужин	498	17,21	8,67	87,50	8,86		
Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	1,56		
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		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: Стоимость питания 210 руб.	1 860	64,03	61,61	262,23	27,92		

МЕНЮ

18.12.2025 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		3	
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04		
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200, 5,5	145
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	613	18,95	15,32	99,73	19,00		
Птица, тушенная 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	8
Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,46		
Полдник	299	8,98	15,75	30,31	0,60		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
Ужин	526	21,04	9,00	90,24	9,91		
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		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		
Итого за день:	1 952	65,29	62,95	280,99	33,51		

Стоимость питания 210 руб.