

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

19.03.2024 вторник

[illegible]

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

19.03.2024 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	501	15,50	20,25	64,09	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 кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		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	386
Обед	726	28,42	21,09	105,62	13,44		
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5	179
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	355	11,80	9,08	56,52	22,56		
Картофель в молоке	158	4,00	6,08	21,82	22,54	180	137
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		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:		1 899	72,60	57,10	273,73	48,26	
Стоимость питания 179 руб.							