

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**19.04.2023 среда**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	657	30,83	25,10	76,70	101,18		
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	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,76	11,09	205	73
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	205	4,05	6,08	33,71	2,67		
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	337	13,39	8,78	51,20	0,83		
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,50	0,81	200	101
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:	1 799	74,41	67,91	222,63	106,15		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**19.04.2023 среда**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	542	23,49	24,96	55,80	0,80		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	643	29,68	23,58	78,13	89,92		
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
Салат из свежих огурцов	21	0,30	1,80	0,95	1,60	40	
Полдник	196	4,02	6,06	31,52	2,16		
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	315	12,77	8,18	47,75	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		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:	1 752	72,76	65,98	217,30	94,25		