

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**19.09.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		327	9,03	7,45	55,85	0,54		
	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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		713	30,62	24,01	93,72	9,93		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		230	3,76	5,43	41,42	88,04		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		493	17,27	17,94	65,55	0,78		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	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	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	211	6,31	5,00	35,18		150	179
Итого за день:		1 807	61,08	55,23	266,34	109,29		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**19.09.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		430	12,56	18,82	52,82	1,41		
	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	419
	Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		746	31,34	21,79	106,18	8,78		
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник		216	3,69	5,06	39,06	79,24		
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		502	17,19	17,91	68,09	0,60		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	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	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	211	6,31	5,00	35,18		150	179
Итого за день:		1 938	65,18	63,98	275,95	100,03		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**19.09.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		463	13,65	20,04	56,97	1,56		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
	Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		713	30,62	24,01	93,72	9,93		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		230	3,76	5,43	41,42	88,04		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		493	17,27	17,94	65,55	0,78		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	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	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	211	6,31	5,00	35,18		150	179
Итого за день:		1 943	65,70	67,82	267,46	110,31		
Стоимость питания 179 руб.								