

МЕНЮ

19.10.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	293	7,24	12,48	38,10	0,67		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	628	22,97	18,37	92,74	27,39		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
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	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
Полдник	280	8,34	13,27	31,85	0,22		
Ряженка	133	5,08	9,50	6,72	0,22	180	420
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	462	23,20	14,47	59,82	0,23		
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	249
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 710	62,15	58,59	233,81	30,51		

МЕНЮ

19.10.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	315	7,83	13,05	41,70	0,83		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,27	5,47	17,98	0,81	200	100
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	629	23,87	19,07	90,50	28,29		
Салат из репчатого лука	43	0,66	2,64	4,14	2,50	50	11
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
Полдник	312	9,26	15,77	33,33	0,60		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
Ужин	470	23,26	14,49	61,62	0,24		
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	249
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 774	64,61	62,37	238,45	31,96		

МЕНЮ

19.10.2022 среда

Кухня

Категория: Дети 3-7 (аллергики)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	335	7,83	11,03	51,18	0,02		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	629	23,87	19,07	90,50	28,29		
Салат из репчатого лука	43	0,66	2,64	4,14	2,50	50	11
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Котлеты, биточки, шницели рубленные	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
Полдник	184	3,37	3,80	34,23	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	319	8,59	5,20	59,48	22,00		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 515	44,06	39,10	246,69	52,33		