

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

19.11.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		354	11,95	6,57	61,86	0,02		
	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 гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5	179
Обед		677	31,09	25,72	79,86	102,86		
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	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
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
	Щи из свежей капусты с картофелем (аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200	73
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин		359	13,07	6,45	62,16	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	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:		1 595	60,16	44,82	237,59	105,30		
Стоимость питания 210 руб.								

МЕНЮ**19.11.2025 среда**

Халева А.М.

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		422	18,96	18,85	44,12	0,73		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30 10	
	Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,16	150 10	
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180 413	
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100 420	
Обед		656	29,91	23,89	80,49	89,92		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40 11	
	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	
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		317	12,48	7,90	49,08	0,67		
	Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180 100	
	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	180 317	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 673	68,37	62,70	209,31	93,78		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

19.11.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		499	22,76	22,43	51,52	0,76		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
	Пудинг из творога (запеченный)	273	17,57	12,04	23,52	0,22	150/20	74
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед		679	31,15	25,86	80,06	103,10		
	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	7,75	10,01	200	3
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40		
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Ужин		339	13,05	8,47	52,67	0,75		
	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	
	Суп молочный с макаронными изделиями	142	5,25	5,47	17,97	0,73	200	13
Итого за день:		1 804	74,01	68,84	222,06	107,31		
Стоимость питания 210 руб.								