

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

19.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	470	14,61	20,21	57,61	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	673	24,83	24,99	87,25	36,23		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник	211	5,92	6,04	32,99	88,07		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Ужин	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
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	
Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10	148
Итого за день:	1 780	58,98	65,31	238,79	145,16		
Стоимость питания 179 руб.							

Халаева А.М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

19.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	361	6,95	11,78	56,91	0,02		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Обед	673	24,83	24,99	87,25	36,23		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74		200 321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00		50 23
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00		200 393
Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49		200 69
Полдник	224	3,90	7,55	35,12	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00		200 417
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13			50 452
Ужин	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
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
Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10	148
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.	1 616	44,30	56,89	231,72	143,47		

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

19.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	506	17,55	23,38	56,55	1,75		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5 182	
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	561	20,22	19,53	76,09	28,54		
Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40 23	
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180 393	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110 321	
Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180 69	
Полдник	197	5,85	5,67	30,63	79,27		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Ужин	331	8,24	11,39	48,85	17,29		
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	
Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5 148	
Итого за день:	1 663	56,86	61,47	220,62	127,45		
Стоимость питания 179 руб.							