

МЕНЮ

20.04.2026 понедельник

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	Кухня
			Белки	Жиры	Угле-воды		№ рец
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		445	11.74	17.64	54.66	424	
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	200/5	5.59	6.34	26.82	187	183
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Какао с молоком	200	3.70	3.75	13.22	101	416
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	24.23	23.42	84.94	648	
	Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3.53	3.13	24.24	139	179
	Суп картофельный на к/б	180/20	2.67	2.16	19.62	109	83
	Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	50	1.38	2.29	2.81	37	10
Полдник		250	4.09	5.90	33.80	204	
	Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	
	Компот из изюма	200	0.34		22.00	89	394
Ужин		400	27.59	20.97	31.98	427	
	Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	150	22.13	19.98	1.81	275	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 895	68.05	67.93	216.68	1 750	

**МЕНЮ****20.04.2026 понедельник**

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		405	10.64	16.60	49.76	390	
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	180/5	4.86	5.67	23.24	163	183
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Какао с молоком	180	3.33	3.38	11.90	91	416
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		640	22.14	21.04	79.88	597	
	Суп картофельный на к/б	180	2.40	1.94	17.66	98	83
	Напиток из плодов шиповника	180	0.57	3.41	7.63	63	117
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3.53	3.13	24.24	139	179
	Гуляш из курицы	30/30	9.16	9.53	2.41	132	293
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	40	1.18	2.08	2.47	33	10
Полдник		230	4.05	5.90	31.60	195	
	Компот из изюма	180	0.30		19.80	80	394
	Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	
Ужин		350	23.08	16.94	34.16	381	
	Чай с лимоном	180	0.08	0.01	7.24	29	412
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)	120	17.70	15.98	1.45	220	229
Итого за день:		1 725	60.31	60.48	206.70	1 610	
Стоимость питания 210 руб.							

МЕНЮ**20.04.2026 понедельник**

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		440	6.92	5.04	46.00	257	
	Каша вязкая пшенная на воде	200/5	3.83	4.45	23.95	151	183
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	24.23	23.42	84.94	648	
	Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	130	3.53	3.13	24.24	139	179
	Суп картофельный на к/б	180/20	2.67	2.16	19.62	109	83
	Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293
	Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука	50	1.38	2.29	2.81	37	10
Полдник		250	4.09	5.90	33.80	204	
	Печенье промышленное	50	3.75	5.90	11.80	115	
	Компот из изюма	200	0.34		22.00	89	394
Ужин		400	24.59	17.61	31.98	386	
	Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рыба запеченная в омлете (минтай)(аллергик)	150	19.13	16.62	1.81	234	229
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 890	60.23	51.97	208.02	1 542	