

МЕНЮ

20.07.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	521	23,06	24,06	53,10	0,79		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	626	29,70	21,82	77,82	90,32		
Котлеты, биточки, шницели рубленные	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
Огурцы соленные	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
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	372	17,54	12,23	48,00	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		1/2	227
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	
Итого за день:	1 762	74,72	64,17	221,74	95,94		

МЕНЮ

20.07.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	523	22,91	23,85	54,22	0,76		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	668	32,69	23,73	80,54	101,68		
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	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,76	11,09	205	73
Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник	205	4,05	6,08	33,71	2,67		
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	394	18,16	12,83	51,45	0,83		
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,50	0,81	200	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		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:	1 837	78,21	66,49	231,22	107,94		