

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

20.07.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	455	13,14	17,41	61,44	1,04		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	611	29,58	14,26	90,83	31,29		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленные из курицы (филе)	132	13,69	3,40	11,78	0,11	70	322
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Каша вязкая пшенная на воде	110	2,80	3,26	17,52		150	183
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	446	16,68	16,44	57,82	0,78		
Макаронные изделия отварные с маслом	164	5,72	3,50	27,45		155	219
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 873	63,78	49,76	292,25	35,63		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

20.07.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	489	14,55	20,28	62,13	1,69		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	646	29,96	13,15	102,08	28,03		
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	174	6,60	1,20	34,10		50	
Котлеты рубленые из курицы (филе)	111	11,66	2,75	9,98	0,10	60	322
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	89	5,90	2,38	10,96	5,21	180	95
Каша вязкая пшенная на воде	110	2,80	3,26	17,52		150	183
Полдник	298	3,90	1,65	66,90	0,47		
Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин	458	16,33	16,48	61,29	0,60		
Макаронные изделия отварные с маслом	167	5,45	3,57	28,38		155	219
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 939	65,14	51,55	303,70	32,79		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

20.07.2023 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	373	6,50	11,54	60,88	0,85		
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 кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
Обед	611	29,58	14,26	90,83	31,29		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты рубленные из курицы (филе)	132	13,69	3,40	11,78	0,11	70	322
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Каша вязкая пшениная на воде	110	2,80	3,26	17,52		150	183
Полдник	314	3,98	1,65	70,85	0,52		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин	446	16,68	16,44	57,82	0,78		
Макаронные изделия отварные с маслом	164	5,72	3,50	27,45		155	219
Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 744	56,74	43,89	280,39	33,44		