

МЕНЮ**20.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак								
	Чай с сахаром	306	7,03	4,55	59,21	0,85		
	Хлеб пшеничный	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Каша кукурузная на воде (аллергик)	69	2,98	0,56	12,95		35	
		200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5	182
Обед								
	Макаронные изделия отварные с маслом	605	23,85	18,64	85,40	8,59		
	Хлеб пшеничный	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб ржаной	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Компот из смеси сухофруктов	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Огурцы соленые	69	0,06		17,17		200	394
	Борщ с картофелем на м/б	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Бефстроганов из отварного мяса	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
		134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
Полдник								
	Бутерброды с повидлом	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Напиток из плодов шиповника	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
		77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин								
	Яблоки	420	9,53	5,54	83,09	10,02		
	Чай с сахаром	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
	Хлеб пшеничный	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб ржаной	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	87	3,30	0,60	17,05		25	
		207	3,72	4,16	38,72		150/5	179
Итого за день:		1 542	43,47	36,50	259,70	107,55		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**20.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		528	17,33	23,40	62,01	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 кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	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		568	22,05	16,89	82,01	7,48		
	Борщ с картофелем на м/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180 64	
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
	Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30 294	
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180 394	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник		197	2,99	7,40	29,64	79,29		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Ужин		461	23,52	12,98	62,55	10,23		
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5 250	
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
	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:		1 822	70,89	62,17	244,71	99,35		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**20.12.2024 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		495	15,65	20,24	62,69	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 кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		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		605	23,85	18,64	85,40	8,59		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
	Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин		577	32,21	17,58	72,54	10,35		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
	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	
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	364	26,40	16,20	28,17	0,33	150	250
Итого за день:		1 956	79,77	65,73	261,13	108,67		
Стоимость питания 179 руб.								