

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**21.03.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		804	30,54	24,72	114,61	9,47	750
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50
	Каша пшениная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200
Полдник		280	9,75	17,90	20,00	0,60	250
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		471	17,47	20,71	53,58	16,19	380
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200
Итого за день:		2 310	98,05	99,84	254,47	29,71	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

21.03.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25	385
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		723	26,64	18,67	111,84	5,79	690
	Салат из соленых огурцов с луком	22	0,35	1,80	1,05	0,96	40
	Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	2,07	1,94	11,87	4,75	180
Полдник		263	9,15	16,70	19,18	0,97	230
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		460	17,45	20,71	50,99	14,59	360
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130
Итого за день:		2 129	89,15	89,26	242,04	24,60	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

21.03.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		307	10,06	4,36	56,91	0,02	405
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	108	4,68	0,88	20,35		55
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		804	30,54	24,72	114,61	9,47	750
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200
Полдник		152	3,86	5,93	20,90	0,02	250
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		471	17,47	20,71	53,58	16,19	380
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200
Итого за день:		1 781	62,33	55,72	257,30	27,70	