

МЕНЮ

21.04.2026 вторник

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		460	12.87	19.82	55.88	454	
	Бутерброды с маслом и сыром.	55	6.52	12.26	11.20	181	3
	Каша вязкая рисовая (на воде)	200/5	2.80	3.80	30.06	166	183
	Кофейный напиток на воде (аллергик)	200	3.55	3.76	14.62	107	414
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		725	26.88	24.06	82.18	653	
	Котлеты рубленые из курицы	70	13.35	13.26	5.61	195	322
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Компот из кураги	200	0.56		19.91	82	394
	Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.80	5	
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150/5	4.87	4.39	22.84	150	183
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б(аллергик)	200	2.40	5.41	7.55	89	73
Полдник		250	3.37	3.80	34.23	184	
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Булочка домашняя	50	3.26	3.77	25.13	147	452
Ужин		450	9.35	6.36	65.64	357	
	Картофель отварной	200	3.94	5.38	31.07	188	136
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 985	52.87	54.04	249.23	1 695	

МЕНЮ**21.04.2026 вторник**

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		425	14.25	21.11	57.12	476	
	Бутерброды с маслом и сыром.	55	6.52	12.26	11.70	181	
	Кофейный напиток с молоком	180	2.68	2.84	11.80	54	
	Каша рисовая вязкая молочная	180/5/5	5.05	6.01	34.12	211	
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	
Обед		670	23.91	18.56	95.68	646	
	Котлеты рубленые из курицы	60	9.05	8.21	4.60	129	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/5	6.51	4.35	40.05	225	179
	Компот из кураги	180	0.51		17.92	74	394
	Огурцы соленные	40	0.32	0.04	0.64	4	
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	180/5	2.22	5.01	2.00	82	31
Полдник		230	15.48	5.98	36.00	260	
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	50	6.48	3.28	20.70	156	44
	Йогурт	180	9.00	2.70	15.30	122	
Ужин		410	9.40	9.19	54.73	339	
	Картофель в молоке	180	4.05	8.23	21.96	178	319
	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	7.30	29	411
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 835	63.44	54.84	254.83	1 768	

**МЕНЮ****21.04.2026 вторник**

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		465	13.16	20.09	62.80	485	
	Бутерброды с маслом и сыром.	55	6.52	12.26	11.20	181	1
	Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	107	111
	Каша рисовая вязкая молочная	200/5/5	3.09	4.07	36.98	197	182
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		730	28.58	24.16	99.59	730	
	Котлеты рубленые из курицы	70	13.35	13.26	5.61	195	327
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/5	6.51	4.35	40.05	225	126
	Компот из кураги	200	0.56		19.91	87	111
	Огурцы соленные	50	0.40	0.05	0.80	5	
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	200/5	2.46	5.55	7.75	91	73
Полдник		250	16.48	6.28	37.70	273	
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	50	6.48	3.28	20.70	138	111
	Йогурт	200	10.00	3.00	17.00	135	
Ужин		450	9.85	7.74	58.81	345	
	Картофель в молоке	200	4.44	6.76	24.24	176	117
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	111
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
Итого за день:		1 995	68.47	58.27	270.20	1 880	
Стоимость питания 210 руб.							