

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
21.05.2025 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	309	9,30	5,87	54,84	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Каша гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		200/5/5	182
Обед	795	38,77	30,29	91,51	109,81		
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
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
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	161	3,90	5,97	22,94	4,80		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Ужин	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
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	
Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10	148
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 623	60,59	54,70	221,73	133,85		

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
21.05.2025 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	795	38,77	30,29	91,51	109,81		
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
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
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью к/б	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Полдник	161	3,90	5,97	22,94	4,80		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
Ужин	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
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	
Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10	148
	1 940	77,63	79,58	227,91	134,90		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
21.05.2025 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	482	20,09	22,27	50,38	0,72		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	664	31,91	23,22	81,62	97,03		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40	21
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
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
Суп картофельный с фасолью к/б	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
Полдник	156	3,88	5,96	21,82	4,32		
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
Ужин	331	8,24	11,39	48,85	17,29		
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	
Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5	148
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 715	67,12	68,84	206,77	119,66		