

МЕНЮ

21.05.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		445	6.43	5.08	40.37	233	
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	
	Каша "Геркулес" (аллергик)	200/5/5	3.34	4.49	18.32	127	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	18.81	14.68	89.98	567	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Компот из яблок и смородины черной.	200	0.24	0.14	27.83	113	391
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	12.16	8.58	91.48	492	
	Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	180	4.00	5.56	37.13	215	334
Итого за день:		1 945	41.17	32.14	267.36	1 523	
Стоимость питания 210 руб.							

МЕНЮ

21.05.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	Кухня
			Белки	Жиры	Угле-воды		№ рец
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		400	13.95	20.37	43.84	414	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	180	4.74	5.07	7.70	95	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	170/5/5	6.76	7.75	21.52	183	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		630	23.96	17.82	81.46	582	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	180	1.54	3.41	11.11	81	82
	Птица, тушенная с овощами	20/160	15.96	11.49	14.89	227	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Икра свекольная	40	0.94	1.84	4.94	40	55
	Компот из яблок и смородины черной	180	0.22	0.13	25.05	102	391
Полдник		230	3.31	3.78	32.43	176	
	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	7.30	29	411
	Булочка домашняя	50	3.26	3.77	25.13	147	452
Ужин		400	11.44	7.64	82.42	445	
	Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
	Лимонный напиток	180	0.42	0.04	25.88	106	392
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день:		1 760	53.06	49.61	251.45	1 664	
Стоимость питания 210 руб.							



МЕНЮ
21.05.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен-ность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		450	15.92	22.88	49.41	467	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	18.81	14.68	89.98	567	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Компот из яблок и смородины черной.	200	0.24	0.14	27.83	113	391
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	12.16	8.58	91.48	492	
	Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	180	4.00	5.56	37.13	215	334
Итого за день:		1 950	50.66	49.94	276.40	1 757	
Стоимость питания 210 руб.							