

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

21.11.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	506	17,55	23,38	56,55	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 ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	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	561	20,22	19,53	76,09	28,54		
Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40	23
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110	321
Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	69
Полдник	197	5,85	5,67	30,63	79,27		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
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:	1 663	56,86	61,47	220,62	127,45		
Стоимость питания 179 руб.							

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
21.11.2023 вторник

Халаева А.М.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	294	7,48	4,79	55,24	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 ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
	673	24,83	24,99	87,25	36,23		
Обед							
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
	224	3,90	7,55	35,12	88,00		
Полдник							
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
	358	8,62	12,57	52,44	19,22		
Ужин							
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:	1 549	44,83	49,90	230,05	143,47		
Стоимость питания 179 руб.							

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

21.11.2023 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	470	14,61	20,21	57,61	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 ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		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	673	24,83	24,99	87,25	36,23		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник	211	5,92	6,04	32,99	88,07		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
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 179 руб.	1 780	58,98	65,31	238,79	145,16		