

Халаева А.М.

Дети от 1 до 3 лет

22.02.2024 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	414	13,95	20,37	43,84	1,72		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	547	23,56	18,06	72,62	35,54		
Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160	319
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	
Полдник	163	2,50	4,00	29,25	0,69		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Ужин	417	16,71	8,59	68,09	1,31		
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	
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	77	8,03	3,00	4,38	0,40	60	271
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:	1 588	57,12	51,02	225,10	41,26		
Стоимость питания 179 руб.							

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**22.02.2024 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	467	15,92	22,88	49,41	2,00		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	534	18,37	15,37	80,30	42,52		
Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13	50	46
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Полдник	154	2,58	4,03	26,71	0,87		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Ужин	442	20,55	8,93	69,76	1,53		
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
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	
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:		1 644	57,82	51,21	237,48	48,92	
Стоимость питания 179 руб.							