

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**22.08.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
	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	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед		810	30,59	25,24	114,85	16,24		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15	
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70 322	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
Полдник		295	3,28	3,99	61,43	0,57		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390	
Ужин		422	19,27	23,74	32,72	1,00		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 412	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229	
Итого за день:		1 842	61,90	57,01	269,81	19,83		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**22.08.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		683	38,14	35,30	53,26	1,40		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200 414	
	Запеканка из творога	395	28,07	19,28	27,44	0,36	160 251	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед		810	30,59	25,24	114,85	16,24		
	Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50 15	
	Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70 322	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 126	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
Полдник		295	3,28	3,99	61,43	0,57		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390	
Ужин		422	19,27	23,74	32,72	1,03		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 412	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,25	150 229	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		2 257	91,68	88,28	273,56	21,25		