



Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**22.09.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	300	5,90	12,07	42,04	0,98		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	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	605	23,85	18,64	85,40	8,59		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40	294
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин	335	8,21	4,78	64,63	0,02		
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	
Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5	183
Итого за день:	1 498	41,42	43,26	235,37	99,68		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**22.09.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	453	16,73	23,49	43,72	1,78		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 з	
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180 416	
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	568	22,05	16,89	82,01	7,48		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180 64	
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30 294	
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180 394	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник	197	2,99	7,40	29,64	79,29		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180 417	
Ужин	574	35,27	19,32	64,70	0,38		
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	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5 250	
Итого за день:	1 839	77,44	67,10	231,37	90,93		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**22.09.2023 пятница**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	507	18,43	25,71	50,66	2,00		
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 "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	605	23,85	18,64	85,40	8,59		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200 64	
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40 294	
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
Ужин	582	35,33	19,34	66,50	0,39		
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	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5 250	
Итого за день:	1 952	81,07	71,46	245,86	101,07		