

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

22.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	636	35,51	33,18	48,73	1,25		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30	251
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	498	14,07	11,51	84,51	26,01		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Суп картофельный с крупой пшенной	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Капуста тушеная с мясом	117	3,32	5,81	12,94	18,47	130/50	354
Полдник	263	9,15	16,70	19,18	0,97		
Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	441	18,17	23,23	39,89	2,58		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:	1 885	77,30	84,62	203,61	32,81		
Стоимость питания 179 руб.							

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	708	39,89	36,51	54,98	1,45		
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	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30	251
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	539	14,79	13,27	90,05	32,85		
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	130/70	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Суп картофельный с крупой пшенной	73	1,74	2,27	11,43	7,33	200	86
Полдник	280	9,75	17,90	20,00	0,60		
Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	480	20,29	26,93	38,93	3,23		
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	
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:	2 054	85,12	94,61	215,26	40,13		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

22.12.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	257	6,92	5,04	46,00	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 вязкая рисовая на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	539	14,79	13,27	90,05	32,85		
Капуста тушеная с мясом	130	3,69	6,45	14,38	20,52	130/70	354
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Суп картофельный с крупой пшенной	73	1,74	2,27	11,43	7,33	200	86
Полдник	135	3,91	5,94	16,50	0,78		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	480	20,29	26,93	38,93	3,23		
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	
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 458	46,31	51,18	202,78	38,88	
Стоимость питания 179 руб.							