

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**23.01.2025 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		463	13,65	20,04	56,97	1,56		
	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 "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		684	29,35	22,11	91,72	8,16		
	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 кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200	390
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	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	
Итого за день:		1 923	61,39	61,25	281,24	23,40		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

23.01.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	Вес (г)	№ рец
Завтрак		327	9,03	7,45	55,85	0,54	
	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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5 183
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418
Обед		684	29,35	22,11	91,72	8,16	
	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 кураги	82	0,56		19,91	0,40	200 394
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50 54
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 293
	Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200 95
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52	
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16	
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50 291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150 339
	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
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 787	56,77	48,66	280,12	22,38	

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

23.01.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		430	12,56	18,82	52,82	1,41		
	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 "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		720	30,19	20,08	104,38	7,19		
	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	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
	Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
	Суп рыбный с крупой (минтай)	89	5,90	2,38	10,96	5,21	180	95
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник		298	3,90	1,65	66,90	0,47		
	Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		424	13,93	17,42	52,94	10,98		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	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	
Итого за день:		1 919	60,98	57,97	288,34	22,05		
Стоимость питания 179 руб.								