

МЕНЮ

23.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		450	15.92	22.88	49.41	467	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	18.72	14.61	73.29	500	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	194
Полдник		250	9.26	15.77	33.33	312	
	Булочка домашняя	50	3.26	3.77	25.13	147	452
	Ряженка	200	6.00	12.00	8.20	165	420
Ужин		450	10.12	8.82	91.37	486	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	1.02	3.19	6.21	58	12
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день:		1 950	54.42	62.08	258.70	1 812	
Стоимость питания 210 руб.							

МЕНЮ

23.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		400	13.95	20.37	43.84	414	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Молоко кипяченое	180	4.74	5.07	7.70	95	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	170/5/5	6.76	7.75	21.52	183	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		630	23.87	17.75	66.43	521	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	180	1.54	3.41	11.11	81	82
	Птица, тушенная с овощами	20/160	15.96	11.49	14.89	227	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Компот из клубники	180	0.13	0.06	10.02	41	394
	Икра свекольная	40	0.94	1.84	4.94	40	55
Полдник		230	8.66	14.57	32.51	295	
	Ряженка	180	5.40	10.80	7.38	148	420
	Булочка домашняя	50	3.26	3.77	25.13	147	452
Ужин		430	10.07	8.81	88.50	475	
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	1.02	3.19	6.21	58	12
	Лимонный напиток	180	0.42	0.04	25.88	106	392
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	334
Итого за день:		1 790	56.95	61.50	242.58	1 751	
Стоимость питания 210 руб.							

МЕНЮ

23.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		445	6.43	5.08	40.37	233	
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	
	Каша "Геркулес" (аллергик)	200/5/5	3.34	4.49	18.32	127	199
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		700	18.72	14.61	73.29	500	
	Икра свекольная	50	1.17	2.30	6.17	50	55
	Птица, тушенная с овощами	40/160	10.38	7.51	18.16	182	319
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	1.72	3.78	12.35	90	82
	Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	394
Полдник		250	3.42	3.81	29.83	167	
	Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412
	Булочка домашняя	50	3.26	3.77	25.13	147	452
Ужин		450	10.12	8.82	91.37	486	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	1.02	3.19	6.21	58	17
	Лимонный напиток	200	0.47	0.05	28.75	117	392
	Рис отварной с овощами	150	3.33	4.63	30.94	179	174
Итого за день:		1 945	39.09	32.32	246.16	1 433	
Стоимость питания 210 руб.							