

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

23.05.2024 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	467	15,92	22,88	49,41	2,00		
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 "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	559	18,77	14,58	88,05	32,75		
Икра свекольная	50	1,17	2,30	6,17	3,36	50	55
Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник	269	12,98	6,75	39,11	1,20		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	522	20,91	8,95	89,41	9,91		
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:	1 861	68,98	53,56	275,78	55,86		
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**23.05.2024 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	414	13,95	20,37	43,84	1,72		
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 "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	574	23,92	17,73	79,72	29,39		
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160	319
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
Икра свекольная	40	0,94	1,84	4,94	2,69	40	55
Полдник	256	11,98	6,45	37,41	1,08		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	494	17,08	8,62	86,67	8,86		
Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	77	8,03	3,00	4,38	0,40	60	271
Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:	1 782	67,33	53,57	257,44	51,05		
Стоимость питания 179 руб.							