

МЕНЮ

23.06.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	491	18,40	23,84	50,69	1,83		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Каша вязкая пшеничная (на молоке и воде)	204	6,62	5,95	30,94	0,37	210	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	593	23,62	19,69	80,61	33,96		
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,71	3,79	12,34	5,95	200	82
Птица, тушенная в соусе с овощами	262	16,01	14,86	16,10	7,73	160/20	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	104	0,20	0,04	25,90	17,78	200	396
Огурцы свежие	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник	172	2,91	4,17	30,56	88,18		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин	494	20,76	8,53	83,39	31,92		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
Лимонный напиток	118	0,47	0,04	28,76	9,33	200	392
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 797	66,08	56,24	256,55	157,89		

МЕНЮ

23.06.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	455	17,07	22,57	46,16	1,68		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
Каша вязкая пшеничная (на молоке и воде)	179	5,81	5,24	27,26	0,32	180/5	183
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	573	23,35	19,30	76,63	28,95		
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
Птица, тушенная в соусе с овощами	262	16,01	14,86	16,10	7,73	160/20	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
Огурцы свежие	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник	158	2,84	3,80	28,20	79,38		
Бутерброды со сгущенным молоком	95	2,27	0,39	20,57	0,18	50	2
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Ужин	465	16,93	8,21	80,64	29,94		
Картофель отварной	146	3,05	4,17	24,08	21,98	150/5	136
Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		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
Итого за день:	1 698	60,59	53,88	242,93	141,95		