

МЕНЮ

23.08.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	548	18,86	24,45	63,34	1,98		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша вязкая манная молочная	266	8,64	8,44	38,92	0,94	210	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	526	19,17	12,16	84,93	7,45		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Плов с мясом	216	10,76	6,59	28,29	1,71	200	321
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
Полдник	184	3,37	3,80	34,23	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	367	11,86	8,84	60,25	47,96		
Капуста тушеная(Бигус)	141	6,13	7,66	12,04	45,56	200	143
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Итого за день:	1 670	53,67	49,65	252,55	67,40		

МЕНЮ

23.08.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	511	17,79	23,38	57,41	1,77		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	452	16,14	9,82	74,63	5,93		
Суп картофельный с мучными клецками	63	1,96	2,13	9,07	3,01	180	91
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
Плов с мясом	162	8,07	4,94	21,22	0,96	40/110	321
Салат из свежих огурцов	21	0,30	1,80	0,95	1,60	40	
Полдник	176	3,31	3,78	32,43	0,01		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	344	11,22	8,05	56,86	39,06		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20	143
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Итого за день:	1 527	48,86	45,43	231,13	56,77		