

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**23.09.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		324	6,39	12,03	47,67	0,02		
	Каша вязкая пшенная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		680	24,40	19,98	100,41	10,30		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		464	30,54	23,63	32,22	0,95		
	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	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)аллергик	312	25,08	22,64	2,05	0,17	170	229
Итого за день:		1 719	65,82	61,54	225,40	13,27		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**23.09.2024 понедельник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		390	10,64	16,60	49,76	0,82		
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		631	21,45	17,95	95,75	9,39		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Фрикадельки из птицы	130	8,82	7,88	5,85	0,29	60	325
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Полдник		195	4,05	5,90	31,60			
	Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		473	30,45	23,59	34,77	0,77		
	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	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:		1 736	66,99	64,04	223,18	12,98		
Стоимость питания 179 руб.								

МЕНЮ

23.09.2024 понедельник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		424	11,74	17,64	54,66	0,97		
	Каша вязкая пшенная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		704	24,93	21,48	102,52	10,70		
	Фрикадельки из птицы	173	11,82	10,55	7,70	0,39	80	325
	Соус сметанный с томатом	24	0,53	1,50	2,11	0,40	30	373
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Полдник		204	4,09	5,90	33,80			
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	394
Ужин		464	30,53	23,62	32,23	0,95		
	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	
	Рыба запеченная в омлете (горбуша)	312	25,07	22,63	2,06	0,17	170	229
Итого за день:		1 843	71,69	68,64	234,51	14,62		
Стоимость питания 179 руб.								