

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**23.09.2025 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		272	5,89	4,39	52,11	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	41
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		25	
	Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		240/10	41
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100/10	41
Обед		673	29,29	21,67	90,28	23,08		
	Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50/10	
	Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200/87	
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200/194	
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/10	41
Полдник		167	3,42	3,81	29,83	0,78		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/10	41
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50/10	
Ужин		333	11,68	10,03	48,94	46,10		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	141
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200/194	
Итого за день:		1 489	50,68	40,30	230,96	79,98		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

23.09.2025 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		476	14,25	21,11	57,12	1,36		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	35	
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180/5/5	18
	Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5	18
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Обед		617	25,99	18,94	85,35	22,13		
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	140	
	Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180	87
	Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40	293
	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
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	180
Полдник		260	15,48	5,98	36,00	1,10		
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02		
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08		
Ужин		300	10,95	7,90	46,33	41,22		
	Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20	143
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
Итого за день:		1 697	67,07	54,33	234,60	75,81		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
23.09.2025 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		485	13,16	20,09	62,80	1,04		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	187
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		673	29,29	21,67	90,28	23,08		
	Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	10	60
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,17			
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	17
	Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Полдник		273	16,48	6,28	37,70	1,22		
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		333	11,68	10,03	48,94	46,10		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,47			
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			
	Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180	201
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
		1 808	71,01	58,47	249,52	81,44		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.