

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**24.01.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник		154	2,58	4,03	26,71	0,87		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 783	59,21	54,55	263,26	41,03		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**24.01.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30	251
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		738	26,59	17,94	117,56	7,63		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Полдник		282	7,82	14,79	29,39	1,06		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
Ужин		506	18,27	23,26	55,96	16,38		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	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
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		2 206	88,59	89,57	261,44	36,32		
Стоимость питания 179 руб.								

МЕНЮ

24.01.2025 пятница



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45		
	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	
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30 251	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70 299	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11	
Полдник		299	8,42	15,99	30,21	0,69		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50 2	
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200 420	
Ужин		565	20,33	26,93	60,13	18,45		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12	
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200 396	
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229	
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		2 368	96,58	98,98	272,23	42,28		