

Заведующий

Халева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

24.10.2024 четверг

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		459	18,02	25,08	40,42	2,14		
	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 "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5 199	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		568	23,49	18,06	77,94	28,34		
	Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40 46	
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180 82	
	Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160 319	
	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	
Полдник		256	11,98	6,45	37,41	1,08		
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50 443	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		498	17,21	8,67	87,50	8,86		
	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	
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150 334	
Итого за день:		1 819	71,60	58,46	251,37	100,42		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

24.10.2024 четверг

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		233	6,43	5,08	40,37	0,98		
	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
	Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00		100
Обед		557	18,29	15,36	86,21	34,52		
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
	Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13		50 46
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36		200 82
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00		200 396
Полдник		171	3,09	3,78	31,21	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11			50 443
Ужин		522	20,91	8,95	89,41	9,91		
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40		200 392
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90		150 334
Итого за день:		1 521	49,62	33,37	255,30	105,43		
Стоимость питания 179 руб.								



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

24.10.2024 четверг

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		512	19,99	27,59	45,99	2,42		
	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 "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		557	18,29	15,36	86,21	34,52		
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13	50	46
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник		269	12,98	6,75	39,11	1,20		
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		526	21,04	9,00	90,24	9,91		
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3	271
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
Итого за день:		1 902	73,20	58,90	269,65	108,05		
Стоимость питания 179 руб.								