

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

25.02.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		485	13,16	20,09	62,80	1,04	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200
	Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		673	29,29	21,67	90,28	23,08	755
	Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50
	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
	Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5
Полдник		273	16,48	6,28	37,70	1,22	250
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200
Ужин		333	11,68	10,03	48,94	46,10	450
	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
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200
Итого за день:		1 808	71,01	58,47	249,52	81,44	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

25.02.2025 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		476	14,25	21,11	57,12	1,36	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180
	Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		617	25,99	18,94	85,35	22,13	685
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40
	Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180
	Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40
	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
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5
Полдник		260	15,48	5,98	36,00	1,10	230
	Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180
Ужин		300	10,95	7,90	46,33	41,22	410
	Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20
	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
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 697	67,07	54,33	234,60	75,81	