

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

25.03.2025 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		639	24,33	24,55	80,08	14,04	730
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5
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		345	9,85	7,74	58,81	20,89	450
	Картофель в молоке	176	4,44	6,76	24,24	20,87	200
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 786	64,22	59,06	249,19	47,19	1995
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

25.03.2025 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		592	22,41	21,68	76,69	11,12	670
	Салат из соленых огурцов с луком	22	0,35	1,80	1,05	0,96	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
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5
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		339	9,40	9,19	54,73	18,87	410
	Картофель в молоке	178	4,05	8,23	21,96	18,86	180
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 711	61,94	58,36	234,34	42,45	1835
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
25.03.2025 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		342	9,33	8,12	57,63	0,62	440
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35
	Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5
	Кофейный напиток на воде (аллергик)	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
Обед		637	24,27	24,41	79,88	13,80	725
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б(аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200
Полдник		184	3,37	3,80	34,23	0,02	250
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50
Ужин		339	8,95	5,82	62,53	29,66	430
	Картофель отварной	170	3,54	4,84	27,96	29,64	180
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 546	46,32	42,55	244,07	54,10	1945