

# МЕНЮ

## 25.07.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



| Наименование                                | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|---------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              | <b>456</b>   | <b>12,71</b> | <b>18,03</b> | <b>60,77</b>  | <b>1,22</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом                         | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
| Кофейный напиток с молоком                  | 84           | 2,68         | 2,84         | 11,80         | 0,47         | 180     | 414   |
| Каша ячневая вязкая молочная                | 236          | 7,58         | 7,64         | 34,35         | 0,75         | 180/5/5 | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                       | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>  |         |       |
| Сок яблочный                                | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00         | 100     | 418   |
| <b>Обед</b>                                 | <b>673</b>   | <b>23,97</b> | <b>22,94</b> | <b>92,74</b>  | <b>8,73</b>  |         |       |
| Салат из горошка зеленого консервированного | 33           | 1,18         | 2,08         | 2,47          | 3,80         | 40      | 10    |
| Котлеты рубленые из курицы                  | 164          | 9,43         | 9,65         | 9,98          | 0,50         | 60      | 322   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Сметана                                     | 20           | 0,28         | 2,00         | 0,32          | 0,03         | 10      |       |
| Компот из кураги                            | 74           | 0,51         |              | 17,92         | 0,36         | 180     | 394   |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)         | 175          | 5,95         | 4,20         | 28,29         |              | 130     | 330   |
| Свекольник с картофелем на к/б              | 75           | 1,32         | 4,06         | 8,29          | 4,04         | 180     | 69    |
| <b>Полдник</b>                              | <b>210</b>   | <b>8,48</b>  | <b>10,97</b> | <b>19,50</b>  | <b>0,84</b>  |         |       |
| Молоко кипяченое                            | 95           | 4,73         | 5,07         | 7,70          | 0,84         | 180     | 419   |
| Пряники                                     | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |       |
| <b>Ужин</b>                                 | <b>455</b>   | <b>18,85</b> | <b>7,04</b>  | <b>78,84</b>  | <b>1,40</b>  |         |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом        | 162          | 5,27         | 3,45         | 27,46         |              | 150     | 219   |
| Фрикадельки рыбные                          | 69           | 8,19         | 2,64         | 3,08          | 0,32         | 60      | 279   |
| Кисель из клюквы                            | 92           | 0,09         |              | 22,83         | 1,08         | 180     | 396   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| <b>Итого за день:</b>                       | <b>1 841</b> | <b>64,41</b> | <b>58,98</b> | <b>263,14</b> | <b>14,19</b> |         |       |



## МЕНЮ

### 25.07.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

| Наименование                                | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С            | Вес (г) | № рец |
|---------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                              | <b>504</b>   | <b>14,38</b> | <b>19,75</b> | <b>67,21</b>  | <b>1,54</b>  |         |       |
| Бутерброды с маслом                         | 136          | 2,45         | 7,55         | 14,62         |              | 30/10   | 1     |
| Кофейный напиток с молоком                  | 107          | 3,55         | 3,76         | 14,62         | 0,62         | 200     | 414   |
| Каша ячневая вязкая молочная                | 261          | 8,38         | 8,44         | 37,97         | 0,92         | 210     | 182   |
| <b>Второй завтрак</b>                       | <b>77</b>    | <b>0,90</b>  |              | <b>18,18</b>  | <b>4,32</b>  |         |       |
| Сок яблочный                                | 77           | 0,90         |              | 18,18         | 4,32         | 180     | 418   |
| <b>Обед</b>                                 | <b>729</b>   | <b>28,39</b> | <b>27,52</b> | <b>91,90</b>  | <b>11,49</b> |         |       |
| Салат из горошка зеленого консервированного | 41           | 1,47         | 2,60         | 3,09          | 5,94         | 50      | 10    |
| Котлеты рубленые из курицы                  | 195          | 13,35        | 13,26        | 5,61          | 0,09         | 70      | 322   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| Сметана                                     | 20           | 0,28         | 2,00         | 0,32          | 0,03         | 10      |       |
| Компот из кураги                            | 82           | 0,57         |              | 19,91         | 0,44         | 200     | 394   |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)         | 175          | 5,95         | 4,20         | 28,29         |              | 130     | 330   |
| Свекольник с картофелем на к/б              | 83           | 1,47         | 4,51         | 9,21          | 4,99         | 200     | 69    |
| <b>Полдник</b>                              | <b>210</b>   | <b>8,48</b>  | <b>10,97</b> | <b>19,50</b>  | <b>0,84</b>  |         |       |
| Молоко кипяченое                            | 95           | 4,73         | 5,07         | 7,70          | 0,84         | 180     | 419   |
| Пряники                                     | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |              | 50      |       |
| <b>Ужин</b>                                 | <b>478</b>   | <b>21,58</b> | <b>7,92</b>  | <b>79,87</b>  | <b>1,65</b>  |         |       |
| Макаронные изделия отварные с маслом        | 162          | 5,27         | 3,45         | 27,46         |              | 150     | 219   |
| Фрикадельки рыбные                          | 92           | 10,92        | 3,52         | 4,11          | 0,57         | 80      | 279   |
| Кисель из клюквы                            | 92           | 0,09         |              | 22,83         | 1,08         | 180     | 396   |
| Хлеб пшеничный                              | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |              | 25      |       |
| Хлеб ржаной                                 | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |              | 25      |       |
| <b>Итого за день:</b>                       | <b>1 998</b> | <b>73,73</b> | <b>66,16</b> | <b>276,65</b> | <b>19,84</b> |         |       |