

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**26.03.2025 среда**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		309	9,30	5,87	54,84	0,02	445
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35
	Каша гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		200/5/5
Обед		725	35,50	24,27	90,76	109,81	720
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150
	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
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40	250
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	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
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 597	57,47	48,79	231,75	131,45	1865

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

26.03.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		482	20,09	22,27	50,38	0,72	350
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Пудинг творожно-манный с повидлом	258	14,75	11,67	23,50	0,15	130
	Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
Обед		674	32,18	22,08	86,66	97,04	640
	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
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130
Полдник		196	4,02	6,06	31,52	2,16	230
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29	410
	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
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5
Итого за день:		1 765	67,53	67,80	221,51	117,51	1730

Стоимость питания 179 руб.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

26.03.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		544	23,34	24,75	56,92	0,77	400
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160
	Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100
Обед		725	35,50	24,27	90,76	109,81	720
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150
	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
Полдник		205	4,05	6,08	33,71	2,40	250
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22	450
	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
	Рагу из овощей	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10
Итого за день:		1 914	74,51	73,67	237,93	132,50	1920
Стоимость питания 179 руб.							