



МЕНЮ

26.06.2026 пятница

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ ре- ц
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети 3-7 (аллергики)						
Завтрак	445	6.43	5.08	40.37	233	
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	003
Каша "Геркулес" (аллергик)	200/5/5	3.34	4.49	18.32	127	199/2
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	750	28.17	23.02	115.06	781	
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	50	6.60	1.20	34.10	174	004
Каша пшенная рассыпчатая с маслом	150/5	6.52	5.17	36.35	218	Ф179/5
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Салат из репчатого лука	50	0.70	3.00	4.55	48	011
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Суп картофельный с крупой рисовой к/б	200	1.58	2.19	11.66	73	086/4
Полдник	250	3.28	3.99	61.43	295	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Компот из чернослива	200	0.86		39.42	161	390/7
Ужин	410	33.47	20.27	62.02	565	
Запеканка из творога	160	28.06	19.29	27.45	396	Ф251/2
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 955	71.75	52.36	290.18	1 921	

МЕНЮ

26.06.2026 пятница



Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	450	14.21	21.01	55.48	468	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	107	414/2
Каша "Геркулес" жидкая на молоке	200/5/5	8.21	9.70	26.24	225	199/2
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	750	28.17	23.02	115.06	781	
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	50	6.60	1.20	34.10	174	004
Каша пшенная рассыпчатая с маслом	150/5	6.52	5.17	36.35	218	Ф179/5
Компот из смеси сухофруктов	200	0.06		17.17	69	394/1
Салат из репчатого лука	50	0.70	3.00	4.55	48	011
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Суп картофельный с крупой рисовой к/б	200	1.58	2.19	11.66	73	086/4
Полдник	250	3.28	3.99	61.43	295	
Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	002/2
Компот из чернослива	200	0.86		39.42	161	390/7
Ужин	410	33.47	20.27	62.02	565	
Запеканка из творога	160	28.06	19.29	27.45	396	Ф251/2
Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Итого за день: СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 210 РУБ.	1 960	79.53	68.29	305.29	2 156	