

МЕНЮ

26.07.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	515	17,68	22,23	61,30	1,84		
Бутерброды с маслом и сыром	148	5,33	10,03	9,16	0,28	45	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша вязкая манная молочная	266	8,64	8,44	38,92	0,94	210	182
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	513	18,44	10,46	86,18	11,21		
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с мучными клецками	70	1,68	2,69	9,71	4,60	200/20	91
Плов с мясом	216	10,76	6,59	28,29	1,71	200	321
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
Огурцы свежие	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник	216	5,56	2,31	42,99	24,07		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Ужин	314	11,67	8,69	47,44	45,58		
Капуста тушеная(Бигус)	141	6,13	7,66	12,04	45,56	200	143
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 615	56,15	46,88	242,02	83,39		

МЕНЮ

26.07.2022 вторник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	478	16,60	21,15	55,37	1,63		
Бутерброды с маслом и сыром	148	5,33	10,03	9,16	0,28	45	3
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	442	15,92	8,22	76,12	8,13		
Суп картофельный с мучными клецками	63	1,96	2,13	9,07	3,01	180	91
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Плов с мясом	162	8,07	4,94	21,22	0,96	40/110	321
Огурцы свежие	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник	207	5,53	2,30	40,99	21,67		
Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Ужин	292	11,00	7,90	44,44	36,91		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20	143
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 475	51,85	42,77	221,02	69,04		