

МЕНЮ

26.09.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	390	10,64	16,59	49,76	0,82		
Каша вязкая пшениная (на молоке и воде)	163	4,86	5,67	23,24	0,32	180/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	91	3,33	3,38	11,90	0,50	180	416
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	609	21,26	18,10	90,20	9,20		
Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник	195	4,05	5,90	31,60			
Компот из изюма	80	0,30		19,80		180	394
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	378	23,07	16,94	33,38	0,60		
Чай с лимоном	26	0,07	0,01	6,46	0,48	160,5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
Итого за день:	1 640	64,02	59,03	213,43	11,22		

МЕНЮ

26.09.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	424	11,74	17,64	54,66	0,97		
Каша вязкая пшениная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	653	23,26	20,54	93,81	12,01		
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,80	50	12
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	8,53	200	83
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Гуляш из курицы	154	10,69	11,12	2,81	0,68	70	293
Полдник	204	4,08	5,90	33,80			
Компот из изюма	89	0,33		22,00		200	394
Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	372	23,16	16,97	31,62	0,90		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рыба запеченная в омлете (минтай)	220	17,70	15,98	1,45	0,12	120	229
Итого за день:	1 721	67,24	62,55	222,39	14,48		