

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

26.09.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		414	13,95	20,37	43,84	1,72		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		568	23,49	18,06	77,94	28,34		
	Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40	46
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180	82
	Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
Полдник		282	8,38	14,55	29,49	0,97		
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	420
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин		528	19,36	11,08	87,50	8,54		
	Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180	392
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
	Котлеты или биточки рыбные запеченные(горбуша)	107	10,18	5,41	4,38	0,08	60	271
Итого за день:		1 836	65,58	64,46	248,57	49,57		
Стоимость питания 179 руб.								



Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**26.09.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		233	6,43	5,08	40,37	0,98		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
	Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		557	18,29	15,36	86,21	34,52		
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13	50	46
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник		171	3,09	3,78	31,21	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Ужин		569	24,26	12,71	89,41	9,40		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
	Котлеты или биточки рыбные запеченные(ГОРБУША)	141	15,16	7,08	4,25	0,10	70/3	271
Итого за день:		1 574	52,47	37,33	257,00	54,92		
Стоимость питания 179 руб.								

Заведующий



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

26.09.2024 четверг

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		467	15,92	22,88	49,41	2,00		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		557	18,29	15,36	86,21	34,52		
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Винегрет овощной с луком репчатым	48	0,69	3,08	4,33	5,13	50	46
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200	82
	Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Полдник		299	8,98	15,75	30,31	0,60		
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
Ужин		573	24,39	12,76	90,24	9,40		
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Лимонный напиток	117	0,47	0,05	28,75	8,40	200	392
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	334
	Котлеты или биточки рыбные запеченные(ГОРБУША)	141	15,16	7,08	4,25	0,10	70/3	271
Итого за день:		1 940	67,98	67,15	265,97	56,52		
Стоимость питания 179 руб.								