

Халдаева А.М.

Кухня
Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ
26.12.2023 вторник

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

26.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	272	5,89	4,39	52,11	0,02		
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 вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5	183
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	673	29,29	21,67	90,28	23,08		
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	38	0,78	2,05	4,21	18,00	50	21
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Полдник	167	3,42	3,81	29,83	0,78		
Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.	1 474	51,14	40,06	227,22	125,20		

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
26.12.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		200/5/5	182
Второй завтрак	38	0,90	0,20	8,10	60,00		
Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед	666	29,13	21,25	89,44	19,48		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40	21
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50	293
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200	87
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200	394
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5	183
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50	441
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20	143
Итого за день:	1 786	71,31	57,81	244,94	123,06		
Стоимость питания 179 руб.							

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

26.12.2023 вторник

[illegible]