

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

27.02.2025 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		467	15,92	22,88	49,41	2,00	450
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		613	18,95	15,32	99,73	19,00	700
	Птица, тушенная с овощами	182	10,38	7,51	18,16	8,03	40/160
	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
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	90	1,72	3,78	12,35	5,36	200
	Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48	200
Полдник		299	8,98	15,75	30,31	0,60	250
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200
Ужин		526	21,04	9,00	90,24	9,91	470
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	94	11,81	3,32	4,25	0,61	70/3
	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
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день:		1 952	65,29	62,95	280,99	33,51	
Стоимость питания 179 руб.							



Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
27.02.2025 четверг

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		414	13,95	20,37	43,84	1,72	400
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180
	Каша "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00	100
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100
Обед		619	24,09	18,02	90,10	14,37	630
	Винегрет овощной с луком репчатым	34	0,51	2,17	3,16	1,64	40
	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	81	1,54	3,41	11,11	4,82	180
	Птица, тушенная с овощами	227	15,96	11,49	14,89	7,48	20/160
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот(компотная смесь) с/м	145	0,78		35,47	0,43	180
Полдник		282	8,38	14,55	29,49	0,97	230
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180
	Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50
Ужин		498	17,21	8,67	87,50	8,86	440
	Лимонный напиток	106	0,42	0,04	25,88	7,56	180
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Котлеты или биточки рыбные запеченные (минтай)	77	8,03	3,00	4,38	0,40	60
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 860	64,03	61,61	262,23	27,92	