

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

27.06.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		439	12,23	17,25	58,63	1,04		
	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 вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		713	30,62	24,01	93,72	9,93		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		235	3,40	1,70	51,42	24,04		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Ужин		506	14,63	17,09	73,49	0,02		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	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	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	207	3,72	4,16	38,72		150/5	179
Итого за день:		1 940	61,28	60,05	288,56	37,03		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**27.06.2024 четверг**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		352	6,89	11,40	55,62	0,87		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		713	30,62	24,01	93,72	9,93		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200	95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		235	3,40	1,70	51,42	24,04		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Ужин		506	14,63	17,09	73,49	0,02		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	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	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	207	3,72	4,16	38,72		150/5	179
Итого за день:		1 853	55,94	54,20	285,55	36,86		
Стоимость питания 179 руб.								



МЕНЮ

27.06.2024 четверг

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		472	15,01	20,26	57,53	1,71		
	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 вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
		47	0,40		11,30	2,00		
Второй завтрак								
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00		100 418
		746	31,34	21,79	106,18	8,78		
Обед								
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
		226	3,37	1,69	49,42	21,64		
Полдник								
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
		498	14,57	17,07	71,69	0,01		
Ужин								
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	207	3,72	4,16	38,72		150/5	179
	Итого за день:	1 989	64,69	60,81	296,12	34,14		
	Стоимость питания 179 руб.							