

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**28.01.2025 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		476	14,25	21,11	57,12	1,36		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180 414	
	Каша рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5 182	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		617	25,99	18,94	85,35	22,13		
	Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 21	
	Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87	
	Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40 293	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394	
	Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
Полдник		260	15,48	5,98	36,00	1,10		
	Ватрушки (дрожевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		361	11,04	7,97	61,36	38,45		
	Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 143	
	Компот из яблок и вишни	102	0,22	0,13	25,05	1,55	180 391	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 758	67,16	54,40	249,63	73,04		

Стоимость питания 179 руб.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**28.01.2025 вторник**

Тип блюда	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		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
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		273	16,48	6,28	37,70	1,22		
	Ватрушки (дрожжевое 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		400	11,77	10,10	65,63	43,02		
	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
	Компот из яблок и вишни	113	0,24	0,14	27,83	1,72	200	391
Итого за день: Стоимость питания 179 руб.		1 875	71,10	58,54	266,21	78,36		