

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

28.01.2026 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	354	11,95	6,57	61,86	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 гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5	179
Обед	731	33,78	25,01	92,40	12,20		
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Салат из моркови с изюмом	40	0,70	0,05	9,16	2,34	50	43
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б(аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200	73
Полдник	192	4,39	9,68	21,79	88,00		
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	359	13,07	6,45	62,16	0,02		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
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	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 636	63,19	47,71	238,21	100,24		

МЕНЮ

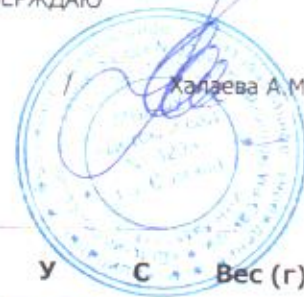
28.01.2026 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	422	18,96	18,85	44,12	0,73		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг из творога (запеченный)	198	13,62	8,25	17,24	0,16	150	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	643	29,15	19,55	87,29	10,98		
Салат из моркови с изюмом	32	0,56	0,04	7,33	1,87	40	43
Котлеты рубленые из курицы	129	9,05	8,21	4,60	0,08	60	322
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Полдник	178	4,32	9,31	19,43	79,20		
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	317	12,48	7,90	49,08	0,67		
Суп молочный с макаронными изделиями	128	4,74	4,92	16,18	0,66	180	100
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
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	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 642	67,91	61,61	204,02	91,88		

МЕНЮ

28.01.2026 среда



Наименование

Энерг.
цен.

Б

Ж

У

С

Вес (г)

№
реп**Завтрак**

499

22,76

22,43

51,52

0,76

Бутерброды с маслом

136

2,45

7,55

14,62

30/10 1

Чай с молоком

90

2,74

2,84

13,38

0,54

200 413

Пудинг из творога (запеченный)

273

17,57

12,04

23,52

0,22

150/20 249

Второй завтрак

82

3,00

6,00

4,10

0,30

Ряженка

82

3,00

6,00

4,10

0,30

100 420

Обед

733

33,84

25,15

92,60

12,44

Котлеты рубленые из курицы

195

13,35

13,26

5,61

0,09

70 322

Хлеб пшеничный

45

2,00

0,35

8,42

25

Хлеб ржаной

87

3,30

0,60

17,05

25

Пюре из бобовых с маслом

206

11,97

5,34

27,44

130 199

Компот из смеси сухофруктов

69

0,06

17,17

200 394

Салат из моркови с изюмом

40

0,70

0,05

9,16

2,34

50 43

Щи из свежей капусты с картофелем на к/б со сметаной

91

2,46

5,55

7,75

10,01

200/5 73

Полдник

192

4,39

9,68

21,79

88,00

Напиток из плодов шиповника

77

0,64

3,78

9,99

88,00

200 417

Печенье промышленное

115

3,75

5,90

11,80

50

Ужин

339

13,05

8,47

52,67

0,75

Яйца вареные 1/2

28

2,39

2,02

0,13

1/2 227

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

Суп молочный с макаронными изделиями

142

5,25

5,47

17,97

0,73

200 100

Итого за день:

1 845

77,04

71,73

222,68

102,25

Стоимость питания 210 руб.