

МЕНЮ

28.02.2023 вторник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	548	18,86	24,45	63,34	1,98		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша вязкая манная молочная	266	8,64	8,44	38,92	0,94	210	182
Второй завтрак	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед	961	46,26	46,99	87,86	99,27		
Салат из картофеля с солеными огурцами	39	0,65	2,29	3,93	3,00	50	23
Плов из птицы	604	37,00	37,81	28,85	0,59	70/130	321
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	200	83
Полдник	216	5,56	2,31	42,99	24,07		
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Ужин	314	11,67	8,69	47,44	45,58		
Капуста тушеная(Бигус)	141	6,13	7,66	12,04	45,56	200	143
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	2 122	85,36	88,44	245,73	171,20		



МЕНЮ
28.02.2023 вторник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		511	17,79	23,38	57,41	1,77		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
	Каша вязкая манная молочная	241	7,82	7,64	35,21	0,77	180/5/5	182
Второй завтрак		82	3,00	6,00	4,10	0,30		
	Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
Обед		851	40,31	38,16	86,65	88,57		
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40	23
	Суп картофельный на к/б	98	2,40	1,94	17,66	6,91	180	83
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Плов из птицы	527	31,52	30,03	32,75	0,54	60/100	321
Полдник		207	5,53	2,30	40,99	21,67		
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Ужин		292	11,00	7,90	44,44	36,91		
	Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20	143
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 943	77,63	77,74	233,59	149,22		