

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

**МЕНЮ****28.06.2024 пятница**

| Тип блюда                         | Наименование                               | Энерг.<br>цен. | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)    | №<br>рец |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|----------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                            | <b>561</b>     | <b>27,64</b> | <b>28,06</b> | <b>49,34</b>  | <b>1,24</b>   |            |          |
|                                   | 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    |          |
|                                   | Пудинг из творога (запеченный)             | 273            | 17,57        | 12,04        | 23,52         | 0,20          | 170 249    |          |
| <b>Второй завтрак</b>             |                                            | <b>47</b>      | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>   |            |          |
|                                   | Сок яблочный                               | 47             | 0,40         |              | 11,30         | 2,00          | 100 418    |          |
| <b>Обед</b>                       |                                            | <b>531</b>     | <b>14,50</b> | <b>13,26</b> | <b>88,20</b>  | <b>37,33</b>  |            |          |
|                                   | Суп картофельный с крупой рисовой          | 73             | 1,58         | 2,19         | 11,66         | 6,60          | 200 86     |          |
|                                   | Капуста тушеная с мясом                    | 130            | 3,69         | 6,45         | 14,38         | 20,52         | 130/70 354 |          |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45             | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |          |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 174            | 6,60         | 1,20         | 34,10         |               | 50         |          |
|                                   | Компот из смеси сухофруктов                | 69             | 0,06         |              | 17,17         |               | 200 394    |          |
|                                   | Салат из свежих помидоров с луком репчатым | 40             | 0,57         | 3,07         | 2,47          | 10,21         | 50 14      |          |
| <b>Полдник</b>                    |                                            | <b>192</b>     | <b>4,39</b>  | <b>9,68</b>  | <b>21,79</b>  | <b>88,00</b>  |            |          |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                | 77             | 0,64         | 3,78         | 9,99          | 88,00         | 200 417    |          |
|                                   | Пряники                                    | 115            | 3,75         | 5,90         | 11,80         |               | 50         |          |
| <b>Ужин</b>                       |                                            | <b>565</b>     | <b>20,33</b> | <b>26,93</b> | <b>60,13</b>  | <b>18,48</b>  |            |          |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45             | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |          |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 87             | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25         |          |
|                                   | Омлет натуральный                          | 270            | 13,81        | 22,75        | 2,55          | 0,25          | 150 229    |          |
|                                   | Салат из кукурузы (консервированной)       | 58             | 1,02         | 3,19         | 6,21          | 2,23          | 50 12      |          |
|                                   | Кисель из черной смородины                 | 105            | 0,20         | 0,04         | 25,90         | 16,00         | 200 396    |          |
| <b>Итого за день:</b>             |                                            | <b>1 896</b>   | <b>67,26</b> | <b>77,94</b> | <b>230,76</b> | <b>147,05</b> |            |          |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b> |                                            |                |              |              |               |               |            |          |

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

**МЕНЮ****28.06.2024 пятница**

| Тип блюда                         | Наименование                               | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)    | № рец |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                            | <b>463</b>   | <b>22,82</b> | <b>23,35</b> | <b>40,24</b>  | <b>1,05</b>   |            |       |
|                                   | Бутерброды с маслом и сыром                | 181          | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42          | 55 3       |       |
|                                   | Пудинг из творога (запеченный)             | 198          | 13,62        | 8,25         | 17,24         | 0,16          | 150 249    |       |
|                                   | Кофейный напиток с молоком                 | 84           | 2,68         | 2,84         | 11,80         | 0,47          | 180 414    |       |
| <b>Второй завтрак</b>             |                                            | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>   |            |       |
|                                   | Сок яблочный                               | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00          | 100 418    |       |
| <b>Обед</b>                       |                                            | <b>509</b>   | <b>14,37</b> | <b>12,50</b> | <b>84,62</b>  | <b>34,63</b>  |            |       |
|                                   | Салат из свежих помидоров с луком репчатым | 32           | 0,46         | 2,46         | 1,98          | 8,17          | 40 14      |       |
|                                   | Капуста тушеная с мясом                    | 130          | 3,69         | 6,45         | 14,38         | 20,52         | 130/70 354 |       |
|                                   | Компот из смеси сухофруктов                | 62           | 0,05         |              | 15,45         |               | 180 394    |       |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 174          | 6,60         | 1,20         | 34,10         |               | 50         |       |
|                                   | Суп картофельный с крупой рисовой          | 66           | 1,57         | 2,04         | 10,29         | 5,94          | 180 86     |       |
| <b>Полдник</b>                    |                                            | <b>178</b>   | <b>4,32</b>  | <b>9,31</b>  | <b>19,43</b>  | <b>79,20</b>  |            |       |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                | 63           | 0,57         | 3,41         | 7,63          | 79,20         | 180 417    |       |
|                                   | Пряники                                    | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |               | 50         |       |
| <b>Ужин</b>                       |                                            | <b>554</b>   | <b>20,31</b> | <b>26,93</b> | <b>57,54</b>  | <b>16,88</b>  |            |       |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25         |       |
|                                   | Кисель из черной смородины                 | 94           | 0,18         | 0,04         | 23,31         | 14,40         | 180 396    |       |
|                                   | Омлет натуральный                          | 270          | 13,81        | 22,75        | 2,55          | 0,25          | 150 229    |       |
|                                   | Салат из кукурузы (консервированной)       | 58           | 1,02         | 3,19         | 6,21          | 2,23          | 50 12      |       |
| <b>Итого за день:</b>             |                                            | <b>1 751</b> | <b>62,23</b> | <b>72,09</b> | <b>213,13</b> | <b>133,76</b> |            |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b> |                                            |              |              |              |               |               |            |       |



Заведующий

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

**МЕНЮ****28.06.2024 пятница**

| Тип блюда                         | Наименование                               | Энерг. цен.  | Б            | Ж            | У             | С             | Вес (г)    | № рец |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                    |                                            | <b>385</b>   | <b>12,08</b> | <b>15,85</b> | <b>48,68</b>  | <b>0,44</b>   |            |       |
|                                   | Бутерброды с маслом и сыром                | 181          | 6,52         | 12,26        | 11,20         | 0,42          | 55 3       |       |
|                                   | Макаронные изделия отварные с маслом       | 167          | 5,45         | 3,57         | 28,38         |               | 155 219    |       |
|                                   | Чай с сахаром                              | 37           | 0,11         | 0,03         | 9,10          | 0,02          | 190/10 411 |       |
| <b>Второй завтрак</b>             |                                            | <b>47</b>    | <b>0,40</b>  |              | <b>11,30</b>  | <b>2,00</b>   |            |       |
|                                   | Сок яблочный                               | 47           | 0,40         |              | 11,30         | 2,00          | 100 418    |       |
| <b>Обед</b>                       |                                            | <b>533</b>   | <b>14,54</b> | <b>13,31</b> | <b>88,49</b>  | <b>37,66</b>  |            |       |
|                                   | Суп картофельный с крупой рисовой          | 75           | 1,62         | 2,24         | 11,95         | 6,93          | 205 86     |       |
|                                   | Капуста тушеная с мясом                    | 130          | 3,69         | 6,45         | 14,38         | 20,52         | 130/70 354 |       |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 174          | 6,60         | 1,20         | 34,10         |               | 50         |       |
|                                   | Компот из смеси сухофруктов                | 69           | 0,06         |              | 17,17         |               | 200 394    |       |
|                                   | Салат из свежих помидоров с луком репчатым | 40           | 0,57         | 3,07         | 2,47          | 10,21         | 50 14      |       |
| <b>Полдник</b>                    |                                            | <b>192</b>   | <b>4,39</b>  | <b>9,68</b>  | <b>21,79</b>  | <b>88,00</b>  |            |       |
|                                   | Напиток из плодов шиповника                | 77           | 0,64         | 3,78         | 9,99          | 88,00         | 200 417    |       |
|                                   | Пряники                                    | 115          | 3,75         | 5,90         | 11,80         |               | 50         |       |
| <b>Ужин</b>                       |                                            | <b>565</b>   | <b>20,33</b> | <b>26,93</b> | <b>60,13</b>  | <b>18,48</b>  |            |       |
|                                   | Хлеб пшеничный                             | 45           | 2,00         | 0,35         | 8,42          |               | 25         |       |
|                                   | Хлеб ржаной                                | 87           | 3,30         | 0,60         | 17,05         |               | 25         |       |
|                                   | Омлет натуральный                          | 270          | 13,81        | 22,75        | 2,55          | 0,25          | 150 229    |       |
|                                   | Салат из кукурузы (консервированной)       | 58           | 1,02         | 3,19         | 6,21          | 2,23          | 50 12      |       |
|                                   | Кисель из черной смородины                 | 105          | 0,20         | 0,04         | 25,90         | 16,00         | 200 396    |       |
| <b>Итого за день:</b>             |                                            | <b>1 722</b> | <b>51,74</b> | <b>65,78</b> | <b>230,39</b> | <b>146,59</b> |            |       |
| <b>Стоимость питания 179 руб.</b> |                                            |              |              |              |               |               |            |       |