

МЕНЮ

28.10.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети 3-7 (аллергики)

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	394	8,50	14,44	57,52	0,54		
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 "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Обед	616	23,80	17,90	89,83	36,28		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,36	3,82	12,50	6,75	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	294
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	3,13	50	
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200	390
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	335	8,27	4,74	64,73	0,02		
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	
Каша вязкая рисовая (на воде)	162	2,73	3,71	29,33		200	183
Итого за день:	1 537	44,96	46,75	233,86	124,84		



МЕНЮ

28.10.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	503	16,17	22,88	58,22	1,62		
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 "Дружба" на молоке	221	5,95	6,87	33,80	0,58	205	183
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	616	23,80	17,90	89,83	36,28		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,36	3,82	12,50	6,75	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	294
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	3,13	50	
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200	390
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	586	35,46	19,39	67,33	0,39		
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	
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	413	29,92	18,36	31,93	0,37	165/5	250
Итого за день:	1 952	82,62	73,05	241,26	126,99		



МЕНЮ

28.10.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	469	15,34	21,94	52,70	1,47		
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 "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак	56	2,80	3,20	4,10	0,70		
Кефир	56	2,80	3,20	4,10	0,70	100	420
Обед	577	21,99	16,13	85,98	31,23		
Борщ с картофелем на м/б	84	2,12	3,44	11,25	5,47	180	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30	294
Компот из свежих яблок	80	0,13	0,12	19,56	23,76	180	390
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Огурцы соленные	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
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	421	23,25	12,63	53,58	0,23		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
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:	1 701	67,70	63,21	215,79	112,83		