

Заведующий

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

28.11.2024 четверг



Тип блюда	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
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00		100 386
Обед		705	30,60	23,88	91,80	31,53		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46			150 219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55		200 95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40		50 54
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00		200 393
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52		
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04		50 441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48		200 390
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20			50 291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38		150 339
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42			25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05			25
Итого за день:		1 872	57,49	57,82	280,37	53,75		
Стоимость питания 179 руб.								

Заведующий

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

28.11.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		430	12,56	18,82	52,82	1,41		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Молоко кипяченое	95	4,74	5,07	7,70	0,94	180	419
	Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		738	31,32	21,67	104,45	28,22		
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	108	7,29	3,93	10,96	5,00	180	95
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Компот из черной смородины	73	0,25	0,04	17,99	21,60	180	393
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Полдник		298	3,90	1,65	66,90	0,47		
	Компот из чернослива	145	0,78		35,47	0,43	180	390
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50	441
Ужин		424	13,93	17,42	52,94	10,98		
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50	291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150	339
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:		1 934	62,11	59,96	286,91	51,08		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

28.11.2024 четверг



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	Вес (г)	№ рец
Завтрак		463	13,65	20,04	56,97	1,56	
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10 1
	Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200 419
	Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5 183
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00	
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386
Обед		705	30,60	23,88	91,80	31,53	
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150 219
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Суп рыбный с крупой (горбуша)	120	8,10	4,36	12,18	5,55	200 95
	Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50 54
	Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200 393
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 293
Полдник		314	3,98	1,65	70,85	0,52	
	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	153	3,12	1,65	31,43	0,04	50 441
	Компот из чернослива	161	0,86		39,42	0,48	200 390
Ужин		415	14,01	17,45	50,40	11,16	
	Сосиски отварные	130	5,50	11,95	0,20		50 291
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150 339
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 941	62,64	63,42	279,82	54,77	
Стоимость питания 179 руб.							