

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

28.11.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190	10-47
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	88
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	259
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	153
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник		135	3,91	5,94	16,50	0,78		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	417
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		568	20,29	26,98	60,78	3,65		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	150
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	219
Итого за день:		1 761	61,00	56,31	252,00	76,14		
Стоимость питания 210 руб.								

МЕНЮ

28.11.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55,3	
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120,30,293	
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180,414	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		738	26,59	17,94	117,56	7,63		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40,17	
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60,294	
	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	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150,5114	
	Суп картофельный с крупой рисовой	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180,86	
Полдник		263	9,15	16,70	19,18	0,97		
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180,420	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		509	18,23	23,30	56,55	3,06		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40,17	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	25	
	Кисель из вишни	97	0,14	0,08	23,90	1,08	180,396	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		2 184	90,38	91,32	250,12	72,91		

МЕНЮ

28.11.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45		
	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
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30	251
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		752	27,54	19,15	117,11	11,69		
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	295
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	125
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник		280	9,75	17,90	20,00	0,60		
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200	420
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		568	20,29	26,98	60,78	3,65		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	12
	Кисель из вишни	108	0,16	0,09	26,55	1,20	200	396
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	225
Итого за день:		2 346	98,37	100,74	260,97	77,39		
Стоимость питания 210 руб.								