

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**29.05.2025 четверг**

Халаева А.М.

№ 320
г.о. Самара

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	233	6,43	5,08	40,37	0,98		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Каша "Геркулес" (аллергик)	127	3,34	4,49	18,32	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	763	29,65	22,11	111,23	8,24		
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	
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48	200	390
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	390	11,35	7,84	68,37	0,54		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша "Дружба" на воде (аллергик)	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Итого за день:	1 744	51,81	37,08	300,62	20,28		

Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**29.05.2025 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	467	15,92	22,88	49,41	2,00		
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 "Геркулес" жидкая на молоке	225	8,21	9,70	26,24	0,96	200/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	763	29,65	22,11	111,23	8,24		
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	
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,40	50	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	99	6,57	2,64	12,18	5,78	200	95
Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
Компот (компотная смесь)с/м	161	0,86		39,42	0,48	200	390
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	390	11,35	7,84	68,37	0,54		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша "Дружба" на молоке	221	5,94	6,86	33,80	0,52	200/5	183
Итого за день:	1 978	61,30	54,88	309,66	21,30		

Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ

29.05.2025 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	414	13,95	20,37	43,84	1,72		
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 "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	791	30,46	20,08	121,93	7,26		
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	174	6,60	1,20	34,10		50	
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Суп рыбный с крупой (минтай)	89	5,90	2,38	10,96	5,21	180	95
Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
Компот(компотная смесь) с/м	145	0,78		35,47	0,43	180	390
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	360	10,72	7,16	63,27	0,48		
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 907	59,43	49,66	305,74	19,93		