

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

29.08.2023 вторник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	461	14,55	19,83	56,32	1,89		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Каша вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5 182	
Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200 416	
	525	18,89	12,19	85,02	30,62		
Обед							
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200 91	
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130 321	
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200 393	
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
	237	3,56	3,95	47,04	2,40		
Полдник							
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
	357	8,62	12,57	52,44	24,79		
Ужин							
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	
Рагу из овощей	188	3,21	11,59	17,87	24,77	200 148	
Итого за день:	1 580	45,62	48,54	240,82	59,70		



Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**29.08.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	479	14,74	20,08	59,88	1,04		
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 вязкая манная молочная	197	4,52	4,07	35,46		200/5/5	182
	82	3,00	6,00	4,10	0,30		
Второй завтрак							
Ряженка	82	3,00	6,00	4,10	0,30	100	420
	525	18,89	12,19	85,02	30,62		
Обед							
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с мучными клецками	70	2,17	2,38	10,08	3,34	200	91
Плов с мясом	215	10,76	6,57	28,30	1,28	70/130	321
Компот из черной смородины	82	0,28	0,05	19,99	24,00	200	393
Салат из свежих огурцов	26	0,38	2,24	1,18	2,00	50	
	224	5,58	2,44	44,91	2,47		
Полдник							
Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	357	8,62	12,57	52,44	24,79		
Ужин							
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	
Рагу из овощей	188	3,21	11,59	17,87	24,77	200	148
Итого за день:	1 667	50,83	53,28	246,35	59,22		