

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**29.08.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		370	10,62	8,27	63,33	1,45		
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		75	
	Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,84	200	
	Какао (аллергик)	101	3,70	3,75	13,22	0,02	100	
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	200	
Обед		625	24,23	20,26	86,34	9,17		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	319
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы свежие	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	60	300
	Борщ с картофелем на к/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	411
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	30	
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	412
Ужин		348	8,74	5,61	65,51	0,92		
	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	
	Рис отварной с овощами	179	3,33	4,63	30,94	0,90	150	774
Итого за день:		1 601	47,05	41,91	258,48	101,63		
Стоимость питания 210 руб.								


Халасова А.М.

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
29.08.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		495	15,65	20,24	62,69	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 кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5	182
Второй завтрак		47	0,40		11,30	2,00		
	Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед		625	24,23	20,26	86,34	9,17		
	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	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы свежие	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Борщ с картофелем на к/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200	64
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09		
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	4
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	1
Ужин		425	23,18	12,60	54,55	0,24		
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
	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	
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 803	66,52	60,87	246,88	100,54		