



Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
29.10.2024 вторник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		476	14,46	20,22	59,01	1,04		
	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	
	Каша ячневая вязкая молочная	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5 182	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		637	24,70	25,01	78,40	17,03		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200 321	
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50 23	
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200 394	
	Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200 69	
Полдник		211	5,92	6,04	32,99	88,07		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200 417	
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50 470	
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	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	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10 148	
Итого за день:		1 726	54,10	64,24	232,64	135,36		
Стоимость питания 179 руб.								

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**29.10.2024 вторник**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		501	16,78	22,74	57,35	1,64		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
	Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		529	20,10	19,55	68,12	11,26		
	Салат из картофеля с солеными огурцами	31	0,52	1,83	3,14	1,92	40	23
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Плов с мясом	250	12,83	12,65	21,20	0,98	40/110	321
	Компот из клубники	41	0,13	0,06	10,02	4,32	180	394
	Свекольник с картофелем на м/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	69
Полдник		197	5,85	5,67	30,63	79,27		
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
	Булочка "Творожная"	134	5,28	2,26	23,00	0,07	50	470
Ужин		331	8,24	11,39	48,85	17,29		
	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	
	Рагу из овощей	170	2,89	10,43	16,08	17,28	175/5	148
Итого за день:		1 602	51,37	59,75	214,75	119,46		
Стоимость питания 179 руб.								

Заведующий

Халаева А.М.

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

29.10.2024 вторник



Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		294	7,48	4,79	55,24	0,02		
	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 ячневая вязкая на воде (аллергик)	188	4,39	4,20	33,19		200/5/5	182
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		637	24,70	25,01	78,40	17,03		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Плов с мясом	333	17,11	16,87	28,27	1,74	200	321
	Салат из картофеля с солеными огурцами	43	0,68	2,61	4,31	6,00	50	23
	Компот из клубники	46	0,15	0,07	11,14	4,80	200	394
	Свекольник с картофелем на м/б	83	1,46	4,51	9,21	4,49	200	69
Полдник		224	3,90	7,55	35,12	88,00		
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
	Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Ужин		358	8,62	12,57	52,44	19,22		
	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	189	3,21	11,59	17,87	19,20	190/10	148
Итого за день:		1 557	45,10	50,32	231,00	134,27		
Стоимость питания 179 руб.								