

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

29.10.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		309	9,30	5,87	54,84	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 гречневая вязкая (аллергик)	203	6,21	5,28	32,79		200/5/5 187	
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100 386	
Обед		580	22,80	17,87	81,90	18,90		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160 308	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200 87	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник		152	3,86	5,93	20,90	0,02		
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		290	8,91	5,55	51,00	13,66		
	Пюре картофельное	133	3,05	4,51	20,03	10,38	150 336	
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5 411	
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Итого за день:		1 375	45,27	35,62	218,44	42,60		
Стоимость питания 210 руб.								

МЕНЮ

29.10.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		346	10,16	15,59	41,27	1,13		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	288
Обед		591	23,11	19,00	81,81	18,41		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	180	87
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40	
Полдник		237	12,75	8,60	27,10	1,08		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин		389	20,95	10,36	53,08	0,80		
	Пудинг из творога (запеченный)	224	15,44	9,35	19,54	0,20	150/20	240
	Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
	Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
		1 607	67,37	53,95	213,06	31,42		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Халасва А.М.

Кухня
Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ
29.10.2025 среда

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		383	11,59	17,09	45,75	1,35		
	Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
	Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200	101
Второй завтрак		44	0,40	0,40	9,80	10,00		
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед		599	23,20	19,01	83,69	18,91		
	Запеканка картофельная с мясом	259	12,32	12,80	23,67	12,68	160	308
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Соус сметанный	19	0,40	1,14	1,79	0,01	30	
	Суп картофельный с горохом	115	4,72	4,07	14,79	3,72	200	87
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Огурцы соленые	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50	
Полдник		250	13,75	8,90	28,80	1,20		
	Пряники	115	3,75	5,90	11,80		50	
	Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин		457	25,10	14,45	56,46	1,03		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Пудинг из творога (запеченный)	305	19,64	13,46	26,29	0,25	170/20	246
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.		1 733	74,04	59,85	224,50	32,49		