

МЕНЮ

29.12.2025 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	424	11,74	17,64	54,66	0,97		
Каша вязкая пшениная (на молоке и воде)	187	5,59	6,34	26,82	0,35	200/5	183
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30	10
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	674	25,34	22,05	93,41	10,55		
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	40	372
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130	179
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	347
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50	20
Полдник	223	2,76	3,99	44,01	0,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Компот из изюма	89	0,34		22,00		200	247
Ужин	497	20,24	26,92	43,33	2,47		
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	
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	17
Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	236

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.

хня

ети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ

29.12.2025 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	257	6,92	5,04	46,00	0,02		
Каша вязкая пшеничная на воде	151	3,83	4,45	23,95		200/5	
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	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100/411	
Обед	674	25,34	22,05	93,41	10,55		
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70/322	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	139	3,53	3,13	24,24		130/179	
Суп картофельный на к/б	109	2,67	2,16	19,62	7,68	180/20	83
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200/391	
Салат из соленых огурцов с луком	30	0,43	2,55	1,30	2,78	50/20	
Полдник	223	2,76	3,99	44,01	0,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50/2	
Компот из изюма	89	0,34		22,00		100/10	411
Ужин	497	20,24	26,92	43,33	2,47		
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	
Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50/10	
Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150/274	
	1 698	55,66	58,00	238,05	15,13		

Итого за день:
Стоимость питания 210 руб.