

Xg71acba A1

Key words

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
Дети 3-7 (аллергики)							
Завтрак		445	10.86	8.14	59.47	355	
	Хлеб пшеничный	35	2.98	0.56	12.95	69	
	Каша вязкая манная на воде (аллергик)	200/5/5	4.33	3.82	31.90	179	187
	Кофейный напиток на воде (аллергик)	200	3.55	3.76	14.62	107	414
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	414
Обед		725	22.55	21.06	92.95	652	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150/5	3.72	4.16	38.72	207	179
	Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.80	5	
	Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	394
	Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293
	Солянка овощная на к/б.	200	2.27	4.72	14.01	108	82
Полдник		250	3.06	7.77	32.00	211	
	Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	
	Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	57	107
Ужин		450	11.62	8.39	65.92	386	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	164	192
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	54	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Икра кабачковая	50	0.94	3.96	3.89	55	54
Итого за день:		1 970	48.49	45.36	261.64	1 651	
Стоимость питания 210 руб.							

МЕНЮ

30.04.2026 четверг

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 1 до 3 лет							
Завтрак		410	12.95	18.03	61.63	461	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.68	2.84	11.80	84	414
	Каша вязкая манная молочная	180/5/5	7.82	7.64	35.21	241	182
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		690	23.97	19.59	106.92	700	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	35	
	Хлеб ржаной	50	6.60	1.20	34.10	144	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150/5	3.72	4.16	38.72	222	
	Огурцы соленые	40	0.32	0.04	0.64	8	
	Компот из клубники	180	0.13	0.06	10.02	41	
	Гуляш из курицы	30/30	9.16	9.53	2.41	132	411
	Солянка овощная на к/б.	180	2.04	4.25	12.61	97	82
Полдник		230	2.99	7.40	29.64	197	
	Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	22.01	134	2
	Напиток из плодов шиповника	180	0.57	3.41	7.63	63	417
Ужин		420	11.37	7.58	63.34	367	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	119
	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	7.30	29	317
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	35	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	81	
	Икра кабачковая	40	0.75	3.17	3.11	45	1
Итого за день:		1 850	51.68	52.60	272.83	1 772	

МЕНЮ

30.04.2026 четверг

Кухня

Тип блюда	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. ценность	№ рец
			Белки	Жиры	Угле-воды		
Дети от 3 до 7 лет							
Завтрак		450	10.52	15.38	64.70	440	
	Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	74.0	
	Кофейный напиток с молоком	200	3.55	3.76	14.62	74.0	
	Каша вязкая манная молочная	200/5/5	4.52	4.04	15.46	74.0	
Второй завтрак		100	0.40		11.30	47	
	Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418
Обед		725	22.55	21.06	92.95	652	
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150/5	3.72	4.16	38.72	207	179
	Огурцы соленые	50	0.40	0.05	0.80	5	
	Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	413
	Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	417
	Солянка овощная на к/б.	200	2.27	4.72	14.01	106	417
Полдник		250	3.06	7.77	32.00	211	
	Бутерброды с повидлом	50	2.42	3.99	27.01	74	
	Напиток из плодов шиповника	200	0.64	3.78	9.99	77	417
Ужин		450	11.62	8.39	65.92	386	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219
	Чай с сахаром	190/10	0.11	0.03	9.10	37	411
	Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	
	Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	
	Икра кабачковая	50	0.94	3.96	3.89	54	411
Итого за день:		1 975	48.15	52.60	266.87	1 736	