

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**30.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	485	13,16	20,09	62,80	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 рисовая вязкая молочная	197	3,09	4,07	36,98		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	749	30,93	21,62	107,49	27,31		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50 21	
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50 293	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5 179	
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200 87	
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200 394	
Полдник	273	16,48	6,28	37,70	1,22		
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Йогурт	135	10,00	3,00	17,00	1,20	200	
Ужин	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
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	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20 143	
Итого за день:	1 878	72,61	57,98	266,19	72,89		

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**30.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	454	12,87	19,82	55,88	1,04		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
Каша вязкая рисовая (на воде)	166	2,80	3,80	30,06		200/5 183	
Кофейный напиток на воде (аллергик)	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200 414	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед	674	29,29	21,66	90,28	27,58		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	39	0,78	2,04	4,21	22,50	50 21	
Гуляш из отварного мяса	156	12,89	10,19	3,28	0,69	50/50 293	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с фасолью	115	4,89	4,09	14,57	3,72	200 87	
Компот из кураги	82	0,56		19,91	0,40	200 394	
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	150	4,87	4,39	22,84	0,27	150/5 183	
Полдник	184	3,37	3,80	34,23	0,02		
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10 411	
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50 452	
Ужин	324	11,64	9,99	46,90	41,32		
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	
Капуста тушеная(Бигус)	155	6,23	9,01	12,33	41,30	180/20 143	
Итого за день:	1 683	57,57	55,27	238,59	71,96		

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**30.05.2023 вторник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	476	14,25	21,11	57,12	1,36		
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 рисовая вязкая молочная	211	5,05	6,01	34,12	0,47	180/5/5 182	
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100 418	
Обед	692	27,63	18,90	102,56	21,86		
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	31	0,62	1,63	3,37	14,40	40 21	
Суп картофельный с фасолью	103	4,40	3,68	13,11	3,35	180 87	
Гуляш из отварного мяса	127	10,29	8,29	2,64	3,75	40/40 293	
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	225	6,51	4,35	40,05		150/5 179	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180 394	
Полдник	260	15,48	5,98	36,00	1,10		
Ватрушки (дрожжевое тесто, творожные)	138	6,48	3,28	20,70	0,02	50 441	
Йогурт	122	9,00	2,70	15,30	1,08	180	
Ужин	288	10,87	7,85	43,61	36,91		
Капуста тушеная(Бигус)	127	5,52	6,89	10,84	36,90	160/20 143	
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	
Итого за день:	1 763	68,63	53,84	250,59	63,23		