

МЕНЮ

30.06.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	423	9,86	15,22	61,73	0,76		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5	182
Обед	652	28,22	23,19	82,59	85,91		
Салат из соленых огурцов с луком	22	0,35	1,80	1,05	0,96	40	20
Суп рыбный с крупой (горбуша, минтай)	109	7,30	3,93	11,00	5,25	180	95
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	164	9,43	9,65	9,98	0,50	60	322
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Полдник	217	3,30	1,75	46,89	0,04		
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	155	3,25	1,75	31,44	0,04	50	441
Ужин	322	8,55	6,13	58,10	2,47		
Чай с лимоном	29	0,08	0,01	7,24	0,60	180	412
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Рис отварной с овощами	117	2,42	2,00	22,28	0,75	150	334
Икра кабачковая	44	0,75	3,17	3,11	1,12	40	54
Итого за день:	1 614	49,93	46,29	249,31	89,18		

Заведующий

Каримова Ирина Рустамовна

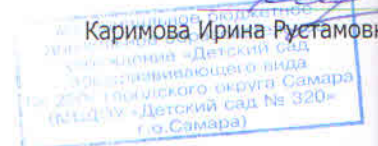
МЕНЮ

30.06.2022 четверг

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рецепта
Завтрак	458	10,69	16,05	67,72	0,94		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Каша кукурузная вязкая молочная	285	8,13	8,47	44,00	0,92	210	182
Обед	715	33,11	28,06	82,06	96,07		
Салат из соленых огурцов с луком	28	0,44	2,25	1,31	1,50	50	20
Суп рыбный с крупой (горбуша, минтай)	121	8,11	4,37	12,22	6,48	200	95
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Котлеты рубленые из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Полдник	224	3,31	1,75	48,61	0,04		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	155	3,25	1,75	31,44	0,04	50	441
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Ужин	324	8,81	6,95	56,34	3,28		
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	
Рис отварной с овощами	117	2,42	2,00	22,28	0,75	150	334
Икра кабачковая	55	0,94	3,96	3,89	1,75	50	54
Итого за день:	1 720	55,93	52,81	254,74	100,33		