

МЕНЮ

30.09.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	469	15,34	21,94	52,70	1,47		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180	416
Каша "Дружба" на молоке	199	5,37	6,20	30,50	0,47	180/5	183
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	589	22,12	18,08	84,54	7,07		
Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
Борщ с картофелем на м/б	84	2,12	3,44	11,25	5,47	180	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30	294
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	
Полдник	197	2,99	7,40	29,64	79,29		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180	417
Ужин	421	23,25	12,63	53,58	0,23		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 744	68,70	61,55	228,96	88,66		

МЕНЮ

30.09.2022 пятница

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	503	16,17	22,88	58,22	1,62		
Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200	416
Каша "Дружба" на молоке	221	5,95	6,87	33,80	0,58	205	183
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	638	24,01	20,71	89,01	11,75		
Борщ с картофелем на м/б	93	2,36	3,82	12,50	6,75	200	64
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		70	294
Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
Полдник	211	3,06	7,77	32,00	88,09		
Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50	2
Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200	417
Ужин	429	23,31	12,65	55,38	0,24		
Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5	250
Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Итого за день:	1 849	71,55	65,51	243,11	102,30		