

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

31.01.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		495	15,65	20,24	62,69	1,04	465
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	101	3,70	3,75	13,22	0,62	200
	Каша кукурузная вязкая молочная	213	5,43	4,23	38,27		200/5/5
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
Обед		605	23,85	18,64	85,40	8,59	720
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
	Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200
	Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09	250
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
Ужин		577	32,21	17,58	72,54	10,35	500
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	364	26,40	16,20	28,17	0,33	150
Итого за день:		1 956	79,77	65,73	261,13	108,67	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**31.01.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		528	17,33	23,40	62,01	1,75	425
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55
	Какао с молоком	89	3,45	3,48	11,00	0,58	180
	Каша кукурузная вязкая молочная	258	7,36	7,66	39,81	0,75	180/5/5
Второй завтрак		68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
	Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100
Обед		568	22,05	16,89	82,01	7,48	660
	Борщ с картофелем на м/б	93	2,26	4,32	11,39	5,48	180
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Бефстроганов из отварного мяса	115	8,85	8,13	1,60		30/30
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Огурцы соленые	4	0,32	0,04	0,64	2,00	40
Полдник		197	2,99	7,40	29,64	79,29	230
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	63	0,57	3,41	7,63	79,20	180
Ужин		461	23,52	12,98	62,55	10,23	460
	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	256	17,77	11,62	19,98	0,22	130/5
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	29	0,05	0,01	7,30	0,01	180
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
Итого за день:		1 822	70,89	62,17	244,71	99,35	
Стоимость питания 179 руб.							

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**31.01.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак		306	7,03	4,55	59,21	0,85	445
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35
	Каша кукурузная на воде (аллергик)	200	3,94	3,96	37,16	0,83	200/5/5
Обед		605	23,85	18,64	85,40	8,59	720
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200
	Огурцы соленные	5	0,40	0,05	0,80	2,50	50
	Борщ с картофелем на м/б	103	2,49	4,70	12,63	6,09	200
	Бефстроганов из отварного мяса	134	10,33	9,49	1,87		40/40
Полдник		211	3,06	7,77	32,00	88,09	250
	Бутерброды с повидлом	134	2,42	3,99	22,01	0,09	50
	Напиток из плодов шиповника	77	0,64	3,78	9,99	88,00	200
Ужин		420	9,53	5,54	83,09	10,02	505
	Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	207	3,72	4,16	38,72		150/5
Итого за день:		1 542	43,47	36,50	259,70	107,55	
Стоимость питания 179 руб.							