

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
31.03.2023 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	448	15,96	22,85	44,52	1,67		
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 "Геркулес" жидкая на молоке	183	6,76	7,75	21,52	0,78	170/5/5	199
Второй завтрак	68	5,00	1,50	8,50	0,60		
Йогурт	68	5,00	1,50	8,50	0,60	100	
Обед	548	22,73	17,58	74,54	26,99		
Салат из соленых огурцов с луком	22	0,35	1,80	1,05	0,96	40	20
Голубцы ленивые	261	15,33	12,74	21,45	20,09	170	315
Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Суп картофельный с крупой пшенной	66	1,57	2,04	10,29	5,94	180	86
Полдник	224	3,94	3,77	43,64	1,44		
Булочка домашняя	147	3,26	3,77	25,13		50	452
Сок яблочный	77	0,68		18,51	1,44	180	418
Ужин	472	16,14	18,13	61,28	24,56		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Хлеб пшеничный	49	2,13	0,40	9,25		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	94	0,18	0,04	23,31	14,40	180	396
Омлет натуральный	198	10,13	16,69	1,87	0,16	110	229
Итого за день:	1 760	63,77	63,83	232,48	55,26		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ**31.03.2023 пятница**

Каримова Ирина

Наименование**Энерг.
цен.****Б****Ж****У****С****Вес (г)****№
рец****Завтрак**

513

18,28

25,72

52,06

2,00

Бутерброды с маслом и сыром

181

6,52

12,26

11,20

0,42

Кофейный напиток с молоком

107

3,55

3,76

14,62

0,62

Каша "Геркулес" жидкая на молоке

225

8,21

9,70

26,24

0,96

Второй завтрак

68

5,00

1,50

8,50

0,60

Йогурт

68

5,00

1,50

8,50

0,60

Обед

550

21,96

17,76

75,56

27,18

Голубцы ленивые

246

14,43

11,99

20,19

17,80

Компот из смеси сухофруктов

69

0,06

17,17

Хлеб пшеничный

45

2,00

0,35

8,42

Хлеб ржаной

87

3,30

0,60

17,05

Салат из соленых огурцов с луком

30

0,43

2,55

1,30

2,78

Суп картофельный с крупой пшенной

73

1,74

2,27

11,43

6,60

Полдник

211

4,01

3,77

40,28

3,00

Булочка домашняя

147

3,26

3,77

25,13

Сок яблочный

64

0,75

15,15

3,00

Ужин

483

16,16

18,13

63,87

26,16

Яблоки

44

0,40

0,40

9,80

10,00

Хлеб пшеничный

49

2,13

0,40

9,25

Хлеб ржаной

87

3,30

0,60

17,05

Омлет натуральный

198

10,13

16,69

1,87

0,16

Кисель из черной смородины

105

0,20

0,04

25,90

16,00

Итого за день:

1 825

65,40

66,88

240,27

58,94

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**31.03.2023 пятница**

Каримова Ирина

Наименование**Энерг.
цен.****Б****Ж****У****С****Вес (г)****№
рец****Завтрак**

Бутерброды с маслом и сыром

Чай с сахаром

Каша "Геркулес" (аллергик)

Обед

Голубцы ленивые

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Компот из смеси сухофруктов

Салат из соленых огурцов с луком

Суп картофельный с крупой пшенной

Полдник

Булочка домашняя

Сок яблочный

Ужин

Яблоки

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Омлет натуральный

Кисель из черной смородины

Итого за день:**1 585****51,97****56,39****217,50****57,74**