

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**31.05.2023 среда**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ реп
Завтрак	352	6,89	11,40	55,62	0,87		
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 вязкая манная на воде (аллергик)	179	4,33	3,82	31,90	0,85	200/5/5	182
Обед	698	32,78	26,62	81,27	110,31		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
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	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Щи из свежей капусты с картофелем (аллергик)	89	2,40	5,41	7,55	9,77	200	73
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	37	0,55	3,08	1,74	12,45	50	14
Полдник	205	4,05	6,08	33,71	2,67		
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	445	16,66	8,98	74,51	0,02		
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
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	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	248	8,86	5,98	39,81		150/5	179
Итого за день:	1 700	60,38	53,08	245,11	113,87		

Кухня
Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ
31.05.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	542	23,49	24,96	55,80	0,80		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	88	2,89	3,05	12,26	0,57	180	413
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	651	29,82	24,24	78,57	98,28		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	139	9,32	7,07	9,64	0,09	60	299
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	
Пюре из бобовых с маслом	206	11,97	5,34	27,44		130	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	82	2,22	5,01	7,00	9,03	180/5	73
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	29	0,44	2,46	1,39	9,96	40	14
Полдник	196	4,02	6,06	31,52	2,16		
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	315	12,77	8,18	47,75	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
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:	1 748	70,50	63,84	223,44	111,91		

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

31.05.2023 среда

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	544	23,34	24,75	56,92	0,77		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	318	18,15	14,36	28,92	0,23	160	249
Чай с молоком	90	2,74	2,84	13,38	0,54	200	413
Второй завтрак	44	0,40	0,40	9,80	10,00		
Яблоки	44	0,40	0,40	9,80	10,00	100	386
Обед	700	32,84	26,76	81,47	110,55		
Котлеты, биточки, шницели рубленые	125	10,08	7,24	4,86	0,09	70	299
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	
Пюре из бобовых с маслом	238	13,81	6,16	31,66		150	199
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	91	2,46	5,55	7,75	10,01	200/5	73
Салат из свежих помидоров с луком зеленым	37	0,55	3,08	1,74	12,45	50	14
Полдник	205	4,05	6,08	33,71	2,67		
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	337	13,39	8,78	51,21	0,75		
Яйца вареные 1/2	28	2,39	2,02	0,13		1/2	227
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	
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,51	0,73	200	101
Итого за день:	1 830	74,02	66,77	233,11	124,74		