

МЕНЮ

31.08.2022 среда

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	521	23,06	24,06	53,10	0,79		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	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	657	29,73	22,77	83,23	90,81		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,39	2,46	1,49	6,70	40	15
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
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	87	2,18	3,54	11,56	4,82	180	82
Полдник	215	3,25	3,91	41,83	2,16		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
Ужин	372	17,54	12,23	48,00	0,67		
Суп молочный с гречневой крупой	126	5,03	5,20	14,85	0,66	180	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		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:	1 809	73,98	63,37	235,96	104,43		



МЕНЮ
31.08.2022 среда
Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет
Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	523	22,91	23,85	54,22	0,76		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Пудинг творожно-манный с повидлом	297	17,72	13,46	26,22	0,22	130	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	704	32,74	25,12	86,36	103,00		
Салат из свежих помидоров и огурцов	36	0,48	3,07	1,54	9,55	50	15
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
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	96	2,43	3,92	12,84	5,36	200	82
Полдник	224	3,28	3,93	44,02	2,67		
Крендель сахарный	134	2,98	3,75	22,11		50	443
Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,67	200	390
Ужин	394	18,16	12,83	51,45	0,83		
Суп молочный с гречневой крупой	140	5,59	5,78	16,50	0,81	200	101
Яйца вареные 1/2	85	7,16	6,07	0,38		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	
Итого за день:	1 889	77,49	66,13	245,85	117,26		