



МЕНЮ

31.10.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	456	12,71	18,03	60,77	1,22		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Каша ячневая вязкая молочная	236	7,58	7,64	34,35	0,75	180/5/5	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	673	23,97	22,94	92,74	8,73		
Салат из горошка зеленого консервированного	33	1,18	2,08	2,47	3,80	40	10
Котлеты рубленые из курицы	164	9,43	9,65	9,98	0,50	60	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Сметана	20	0,28	2,00	0,32	0,03	10	
Компот из кураги	74	0,51		17,92	0,36	180	394
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Свекольник с картофелем на к/б	75	1,32	4,06	8,29	4,04	180	69
Полдник	210	8,48	10,97	19,50	0,84		
Молоко кипяченое	95	4,73	5,07	7,70	0,84	180	419
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	457	18,94	7,08	79,32	14,72		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Фрикадельки рыбные	69	8,19	2,64	3,08	0,32	60	279
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		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
Итого за день:	1 843	64,50	59,02	263,63	27,51		

МЕНЮ

31.10.2022 понедельник

Кухня

Категория: Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак	491	13,98	19,35	65,40	1,45		
Бутерброды с маслом	136	2,45	7,55	14,62		30/10	1
Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200	414
Каша ячневая вязкая молочная	248	7,98	8,04	36,16	0,83	200	182
Второй завтрак	47	0,40		11,30	2,00		
Сок яблочный	47	0,40		11,30	2,00	100	418
Обед	729	28,39	27,52	91,90	11,49		
Салат из горошка зеленого консервированного	41	1,47	2,60	3,09	5,94	50	10
Котлеты рубленные из курицы	195	13,35	13,26	5,61	0,09	70	322
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Сметана	20	0,28	2,00	0,32	0,03	10	
Компот из кураги	82	0,57		19,91	0,44	200	394
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	175	5,95	4,20	28,29		130	330
Свекольник с картофелем на к/б	83	1,47	4,51	9,21	4,99	200	69
Полдник	221	9,01	11,53	20,35	1,04		
Молоко кипяченое	106	5,26	5,63	8,55	1,04	200	419
Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин	491	21,69	7,96	82,94	16,57		
Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
Фрикадельки рыбные	92	10,92	3,52	4,11	0,57	80	279
Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
Кисель из черной смородины	105	0,20	0,04	25,90	16,00	200	396
Итого за день:	1 979	73,47	66,36	271,88	32,55		