

Кухня

Дети 3-7 (аллергики)

МЕНЮ**31.10.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		268	8,36	4,04	49,51	0,02		
	Макаронные изделия отварные с маслом	162	5,27	3,45	27,46		150	219
	Чай с сахаром	37	0,11	0,03	9,10	0,02	190/10	411
	Хлеб пшеничный	69	2,98	0,56	12,95		35	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		781	28,17	23,02	115,06	12,18		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	179
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200	394
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50	11
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30	293
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200	86
Полдник		135	3,91	5,94	16,50	0,78		
	Чай с лимоном	20	0,16	0,04	4,70	0,78	190/5/5	412
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		550	20,43	27,07	56,14	4,85		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50	17
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200	390
	Омлет натуральный (аллергик)	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150	229
Итого за день:		1 772	61,77	60,27	245,31	77,83		

Стоимость питания 210 руб.

Кухня

Дети от 1 до 3 лет

МЕНЮ**31.10.2025 пятница**

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		636	35,51	33,18	48,73	1,25		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55	3
	Запеканка из творога	371	26,31	18,08	25,73	0,36	120/30	251
	Кофейный напиток с молоком	84	2,68	2,84	11,80	0,47	180	414
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		738	26,93	20,30	111,91	6,85		
	Салат из репчатого лука	34	0,53	2,11	3,31	1,60	40	11
	Компот из смеси сухофруктов	62	0,05		15,45		180	394
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5	1/9
	Гуляш из курицы	132	9,16	9,53	2,41	0,50	30/30	293
	Суп картофельный с крупой рисовой	73	2,07	1,94	11,87	4,75	180	86
Полдник		263	9,15	16,70	19,18	0,97		
	Ряженка	148	5,40	10,80	7,38	0,97	180	470
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		493	18,36	23,38	52,37	4,14		
	Салат из кукурузы (консервированной)	46	0,82	2,55	4,97	1,79	40	12
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Компот из вишни	81	0,27	0,16	19,72	2,16	180	390
	Омлет натуральный	234	11,97	19,72	2,21	0,19	130	229
Итого за день:		2 168	90,85	93,76	240,29	73,21		
Стоимость питания 210 руб.								

Кухня

Дети от 3 до 7 лет

МЕНЮ

31.10.2025 пятница

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	№ рец
Завтрак		708	39,89	36,51	54,98	1,45		
	Бутерброды с маслом и сыром	181	6,52	12,26	11,20	0,42	55 3	
	Кофейный напиток с молоком	107	3,55	3,76	14,62	0,62	200 414	
	Запеканка из творога	420	29,82	20,49	29,16	0,41	140/30 251	
Второй завтрак		38	0,90	0,20	8,10	60,00		
	Апельсины	38	0,90	0,20	8,10	60,00	100	
Обед		781	28,17	23,02	115,06	12,18		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	174	6,60	1,20	34,10		50	
	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	218	6,52	5,17	36,35		150/5 179	
	Компот из смеси сухофруктов	69	0,06		17,17		200 394	
	Салат из репчатого лука	48	0,70	3,00	4,55	5,00	50 11	
	Гуляш из курицы	154	10,71	11,11	2,81	0,58	40/30 293	
	Суп картофельный с крупой рисовой к/б	73	1,58	2,19	11,66	6,60	200 86	
Полдник		280	9,75	17,90	20,00	0,60		
	Ряженка	165	6,00	12,00	8,20	0,60	200 400	
	Печенье промышленное	115	3,75	5,90	11,80		50	
Ужин		550	20,43	27,07	56,14	4,85		
	Хлеб пшеничный	45	2,00	0,35	8,42		25	
	Хлеб ржаной	87	3,30	0,60	17,05		25	
	Салат из кукурузы (консервированной)	58	1,02	3,19	6,21	2,23	50 12	
	Компот из вишни	90	0,30	0,18	21,91	2,40	200 390	
	Омлет натуральный	270	13,81	22,75	2,55	0,22	150 229	
Итого за день:		2 357	99,14	104,70	254,28	79,08		
Стоимость питания 210 руб.								