

# МЕНЮ

01 АВГУСТА 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Продукты, наименования блюд	Масса грамм	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур к1
Цена: 179 руб.						
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	180	4,6	6,6	20,1	159,3	182
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	73	6
ПЕЧЕНЬ	10	2,6	2,3	0,2	31,5	229
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАША С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>427</b>	<b>9</b>	<b>17,9</b>	<b>41,9</b>	<b>366,6</b>	
<b>Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
<b>Обед</b>						
СУПЫ	50	0,4	1,5	2,6	35,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РЫБ ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
НЕФТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	193,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ ТРАФИНИЯ БИШЕНКА	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>27,9</b>	<b>24,7</b>	<b>88,7</b>	<b>738</b>	
<b>Ужин</b>						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГОРОЕ	130	2	3,3	14,9	97,2	319
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>5,7</b>	<b>7,3</b>	<b>52,3</b>	<b>195,4</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>75,4</b>	<b>72,8</b>	<b>233,8</b>	<b>1898,8</b>	