



МЕНЮ

13 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Примерный состав блюда	Масса порции	Пищевая ценность				Энергетическая ценность	Количество порций
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал		
Цена: 179 руб.							
Закусок							
ОМЛЕТ ПРАВАЯ-СОМАТ	100	2,2	8	22,1	101,1	199	
СМОТ	10	0,1	0,3	0,1	7,5	6	
ВАРЮШ	50	1,5	0,6	10,7	50,4		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,3	412	
Итого за завтрак	400	6,2	15	46	343,7		
Закусок							
СОК	100	1,2	6	22,1	101,1	199	
Обед							
САЛАТ КАБАЧКОВЫЙ	30	0,3	6,1	4,7	82,2	44	
КОРНИ МЯСНЫЕ ДЛЯ АЛЦЕВИ (ПОПОВИЧА) (мясо свинина, морковь, лук, картофель, перец сладкий, лук репчатый, соевый соус, масло растительное)	180	5,6	6	9,8	172,2	63	
ГУРОХОВЫЙ ПОРЮ	120	2,5	3	22,6	132,2	219	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	80	5,2	11,1	13,1	191,1	304967	
СОСИС ОТ ПО СУПОВЫХ ФАБРИК (ЗАМОРОЖЕННЫЕ) ЯБЛОНЧЕО	200	0	0	0,7	28,7	303	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	6,5	32,4		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	8,3	42,8		
Итого за обед	710,00	23,8	27	70,7	654,6		
Ужин							
КАПЛА ТРЕМБЛАК	120	1	1,1	18,1	125,1	310	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	80	5,2	11,1	13,1	191,1	304967	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,3	48,6	416	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	6,3	32,1		
Итого за ужин	400	15,4	15,9	49,7	417,2		
Итого за день:		34,5	61,2	249,7	1498,7		