

Утверждаю

Директор

ИП Хаританова Е.Г.

Хаританова Е.Г.

МЕНЮ

16 СЕНТЯБРЯ 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, овес, сахар, масло сливочное)	200	5,4	8	34,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3		
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,5	13,4	53,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>7,2</b>	<b>17</b>	<b>47,9</b>	<b>371,4</b>
<b>Завтрак 2</b>					
СОК	150	5,4	8	34,1	190,6
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	200	6,2	11,3	9	163,6
КАША ГРЯЧЕВАЯ ДЛЯ БИНИИ-ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	80	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ (филе свинины, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное)	300	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,3	8,5	40,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>22,55</b>	<b>25,8</b>	<b>71,4</b>	<b>614,9</b>
<b>Ужин</b>					
БУЛОЧКА "НАСЛАЖДЕНИЕ" (мука, варенье, дрожжи, лебоденкарные, сахар, соль, молоко, масло растительное)	50	5,8	10,9	52,2	328,3
ДЕТСКИЙ ГЛЮБ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	120	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ "ПРИНЦ ЛУКОВИЧ"	150	0	0	38,2	152,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>38,5</b>	<b>165,2</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1500</b>	<b>67,1</b>	<b>90,4</b>	<b>231,6</b>	<b>2031,2</b>