

**МЕНЮ**  
**24 СЕНТЯБРЯ 2024 г.**  
**ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ**

Пример шифр, наименование блюда	Масса порции	Ущербные вещества			Энергетическая ценность, ккал	Эк. рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Цена: 179 руб.</b>						
<b>Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ТРИЦЕЛ"	180	4,6	6,9	18,7	157,3	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	6	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	5
БАЛОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5	412
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>9,3</b>	<b>26,3</b>	<b>52,9</b>	<b>486,4</b>	
<b>Завтрак</b>						
СПЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	199
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,7	2	10,4	63,3	14
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ МАША" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГОРЕ "СНЕГУШКА"	150	4	4,1	18,1	125,1	330
КОЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМЛОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВЫШНИ "РАФАЭЛЬ ВШПЕНКА"	200	0,4	0,1	25,4	105,8	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОУ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680,00</b>	<b>16,3</b>	<b>12,8</b>	<b>98</b>	<b>553,3</b>	
<b>Ужин</b>						
КАПА ГРЕЧЕСКАЯ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАЗ ИЗ ЦУПЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	300	0,2	0,1	12,2	48,9	478
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,7</b>	<b>8,9</b>	<b>58,7</b>	<b>351,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>25,6</b>	<b>39,1</b>	<b>150,9</b>	<b>1039,7</b>	