

ИП Харитонов Е.Г.

Утверждено

Директор

ИП Харитонов Е.Г.

Харитонов Е.Г.

**МЕНЮ**  
17 октября 2024 г.  
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Стоимость: 179 руб.</b>					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАЕРКАЛЬЯ" (молоко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,5	52,4
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,3</b>	<b>8,9</b>	<b>51,4</b>	<b>324,1</b>
<b>Второй завтрак</b>					
РЯЖЕНКА	100	3,6	2,7	5,4	86,4
<b>Обед</b>					
ОГУРЦЫ	50	0,7	2	10,4	63,3
РАССОЛЬНИК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томаты, лук репчатый, морковь, картофель, крупа перловая, огурец, соевый, масло растительное)	180	6,2	11,2	9	163,6
РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПЛОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (свежая клюква, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	95,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>23,5</b>	<b>26,3</b>	<b>90,2</b>	<b>694,7</b>
<b>Ужин</b>					
КАПУСТА ГУЩЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томаты, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9	97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ "ТРИЦЕ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>4,3</b>	<b>4,2</b>	<b>58,5</b>	<b>288,6</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1585</b>	<b>80,4</b>	<b>71,8</b>	<b>242,6</b>	<b>1946,6</b>