

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

(Харитонова Е.Г.)

**МЕНЮ**  
**12 НОЯБРЯ 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 МАЛЫННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СВЕЖАЯ БОРОДИНА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75
ВАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР	10	0,6	1,3	0,1	31,5
КАША С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>8,8</b>	<b>18,1</b>	<b>51,2</b>	<b>420,5</b>
<b>Второй завтрак</b>					
КЕФИР	100	3,6	2,7	5,4	86,4
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,7	2	10,4	63,3
ПИЦЦА "ОТ ДЕДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	4,5	8,3	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПИЦЦЕЙ "ДЛЯ ФАЛТАЗЕРОВ" (фасоль куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ТРАФИК" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>11,3</b>	<b>8,9</b>	<b>68,7</b>	<b>402,4</b>
<b>Ужин</b>					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ПЕЧЕНЬЕ С АБРИКОСОМ	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ЯБЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>39</b>	<b>23,8</b>	<b>66,4</b>	<b>642,1</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1530</b>	<b>56,8</b>	<b>71,1</b>	<b>263,1</b>	<b>1927,4</b>