

ИП Харитонова Е.Г.



Утверждаю
 Директор
 ИП Харитонова Е.Г.
 (Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ
13 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	
Сквозимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ВЕТЧИЛА	10	2,6	2,3	0,2	31,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	370	4,1	2,9	38,7	396,7
Второй завтрак					
СОК ТЕРРОКОЗЫ	100	3,6	2,7	3,4	86,4
Обед					
ПИЦЦА КАБАЧКОВАЯ	50	0,4	1,5	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (говядина, картофель, горох, морковь, лук, масло растительное)	180	6,1	7,5	10,6	135,4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМЦА (макаронны, масло сливочное)	130	3,5	3	22,6	132,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИБЕРИЯ" ГРУША (сушеные яблоки и груши, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	680	22	21	72	560
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГВОРЕ "СНЕГУРОЧКА" (картофель, молоко, масло сливочное)	130	17	16,5	19,8	296,9
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
ПРЯНИКИ	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
Итого за прием пищи:	450	29,9	26	75	925,3
Всего за день:	1500	59	67	251	2115