

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждено

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
14 НОЯБРЯ 2024 г.
от 3 до 7 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | |
| Стоимость: 179 руб. | | | | | |
| КАЦА ПИШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАБЕЖКАЛЬЯ" (молоко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное) | 180 | 3,7 | 4,4 | 22,4 | 145,2 |
| БАТОН | 30 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| ЯБЛО ВАРЕНЫЕ | 20 | 1,9 | 2 | 0,1 | 26 |
| КОФЕЙНЫЙ НАВИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС | 200 | 2,2 | 1,9 | 18,6 | 100,5 |
| Итого за прием пищи: | 430 | 9,3 | 8,9 | 51,4 | 324,1 |
| Второй завтрак | | | | | |
| ХЛЕБЦА | 100 | 3,6 | 2,7 | 5,4 | 86,4 |
| Обед | | | | | |
| ОГУРЦЫ | 50 | 0,7 | 2 | 10,4 | 63,3 |
| РАССОЛЫВК 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 "АШЕНУШКА" (свежая клюква, сахар, лимон) | 200 | 0,2 | 0,2 | 22,5 | 93,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| Итого за прием пищи: | 680 | 23,5 | 26,3 | 90,2 | 694,7 |
| Ужин | | | | | |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томаты, капуста ббк, масло растительное) | 220 | 2 | 3,3 | 14,9 | 97,2 |
| БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ | 50 | 3,1 | 5,5 | 20,5 | 142,1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТРИПТЛИМОП | 200 | 0 | 0 | 28,2 | 112,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| Итого за прием пищи: | 450 | 7,4 | 9,7 | 79 | 430,7 |
| Всего за день: | 1585 | 80,4 | 71,8 | 242,6 | 1946,6 |