

МЕНЮ  
18 НОЯБРЯ 2024 г.  
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белок, г	Жир, г	Углевод, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЛЫНКА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,3	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,3	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3	0,1	13,5	55,2	412
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>367</b>	<b>7,1</b>	<b>15,3</b>	<b>51,1</b>	<b>370,3</b>	
Завтрак 2						
СОК	150	1,5	0,5	21	96	
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,7	2	10,4	63,3	13
СЛИВЧАТЫЙ ВАРЯН С КУРИЦЕЙ "КУРЬКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПЮРЕ С МЯСОМ "СТАРЫК ХОТТАБЫЧ"	160	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,5</b>	<b>11,8</b>	<b>70</b>	<b>473,3</b>	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	3,5	3	22,6	132,2	219
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>8,2</b>	<b>6,1</b>	<b>60,1</b>	<b>326,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>36,8</b>	<b>33,2</b>	<b>181,2</b>	<b>1170,1</b>	

МЕНЮ  
18 НОЯБРЯ 2024 г.  
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белок, г	Жир, г	Углевод, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЛЫНКА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,3	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>7,1</b>	<b>15,3</b>	<b>51,1</b>	<b>370,3</b>	
Завтрак						
СОК	150	4,4	6	22,1	161,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,7	2	10,4	63,3	13
СЛИВЧАТЫЙ ВАРЯН С КУРИЦЕЙ "КУРЬКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПЮРЕ С МЯСОМ "СТАРЫК ХОТТАБЫЧ"	200	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21,5</b>	<b>11,8</b>	<b>70</b>	<b>473,3</b>	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>8,2</b>	<b>6,1</b>	<b>60,1</b>	<b>326,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>36,8</b>	<b>33,2</b>	<b>181,2</b>	<b>1170,1</b>	