

Директор  
И.И. Харитонова Е.Г.  
Харитонова Е.Г.

**МЕНЮ**  
21 НОЯБРЯ 2024 г.  
ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетический процент
Цена: 179 руб.						
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОКУПАЕМУ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>397</b>	<b>9</b>	<b>17,9</b>	<b>42,9</b>	<b>366,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	150	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	110	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМБОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ В ПИЩЕВКА"	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>37,9</b>	<b>24,7</b>	<b>88,7</b>	<b>728</b>	
<b>Ужин</b>						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2	3,3	14,9	97,2	339
ПЕЧЕНАЯ МЯСЦЫ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ПРЯЖЕНКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>7</b>	<b>7,4</b>	<b>60,8</b>	<b>336,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>75,4</b>	<b>72,8</b>	<b>233,8</b>	<b>1898,8</b>	

И.И. Харитонова Е.Г.  
Харитонова Е.Г.

**МЕНЮ**  
21 НОЯБРЯ 2024 г.  
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетический процент
Цена: 179 руб.						
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОКУПАЕМУ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>427</b>	<b>9</b>	<b>17,9</b>	<b>42,9</b>	<b>366,6</b>	
<b>Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМБОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ В ПИЩЕВКА"	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>37,9</b>	<b>24,7</b>	<b>88,7</b>	<b>728</b>	
<b>Ужин</b>						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2	3,3	14,9	97,2	339
ПЕЧЕНАЯ МЯСЦЫ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ПРЯЖЕНКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>7</b>	<b>7,5</b>	<b>60,8</b>	<b>336,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>75,4</b>	<b>72,8</b>	<b>233,8</b>	<b>1898,8</b>	