

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждено  
Директор  
ИП Харитонова Е.Г.  
Харитонова Е.Г.

МЕНЮ  
28 НОЯБРЯ 2024 г.  
от 3 до 7 лет

28.11.2024

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
БАДЫ ПИЩЕВАЯ МОЛОКОЗА И ОТДЕЛЬНЫЕ ЗАВЕРКАШКИ (сливки, яйца пастериз., сахар, масло сливочное)	180	3,7	3,3	22,4	143,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,5	52,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,8	2	0,1	76
КОФЕ ЛЕВАНТИНСКОЕ С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за завтрак пищи:	430	9,3	8,9	51,4	324,1
Второй завтрак					
ПЯДЕНКА	100	5,6	2,7	5,1	86,3
Обед					
ВИДЕО СЕТ	80	0,7	2	10,1	63,3
РАССОЛЫВК С ГАРНИТОМ ИЗ ОВОЩНОЙ (говядина, морковь, помидор, лук репчатый, морковь, картофель, капуста, лук порей, чеснок, майонез растительное)	180	6,2	11,2	9	163,6
РИС ОТВАРНОЙ (ориза, вода, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
КУКУРУЗА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2	135,1
КОМПЬЮТЕР ЯГОД "АЛЕНУШКА" (сливки, ягоды, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	95,7
ХЛЕБ ШПИЦОВЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	680	23,5	26,3	90,2	694,7
Ужин					
КАПУСТА КУПЕЦАЯ С ПИЩЕИ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томаты, капуста брокколи, растительное)	230	2	3,3	14,9	97,2
БАД С САХАРОМ И ЛИМОНОВОМ ЧУВСТВОМ	200	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ШПИЦОВЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	450	4,3	4,2	58,5	288,6
Всего за день:	1585	80,4	71,8	242,6	1946,6