

10.12.2024



Харитонова Е.Е.

Утверждено

Директор
ИИХ Роспотребнадзора
Харитонова
Елена
Геннадьевна



МЕНЮ
10 декабря 2024 г.
от 3 до 7 лет

Пример пищи, наименование блюда	Масса (порции)	Пищевые вещества:			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углебы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МАЛОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СВЕЖАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО ПЛОТВАМЫ	5	0,1	8,3	0,1	73
БАТОН	30	1,5	0,1	33,3	53,1
СЫР	10	0,6	7,3	0,7	31,5
КАША С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	103,5
Итого за прием пищи:	425	8,8	18,1	51,2	420,5
Второй завтрак					
КЕФИР	100	3,0	2,7	3,4	89,4
Обед					
МОРКОВЬ	30	0,7	2	10,4	63,3
ЩИ "ОТ ДГДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	1,5	8,3	97,9
ОВОННОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАЛПАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	11,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВЕЩИ "ТРАФИОНА ПИЩЕВКА" (вишня сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	650	11,3	8,9	68,7	402,4
Ужин					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,1
ВЯЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,3	35,2
Итого за прием пищи:	450	35,9	18,3	45,9	500
Всего за день:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,4