

12.12.2024

ИИ Харитонова Е.Е.

Утвержден  
 Директор  
 ИИ Харитонова Е.Е.  
 Харитонова Е.Е.



**МЕНЮ**  
 12 декабря 2024 г.  
 от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г	
Стоимость: 179 руб.						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С ОТМОРОЖЕННЫМИ ЗАМОРОЖЕННЫМИ ЯГОДАМИ (сладкое, крупы, ореховый сахар, масло растительное)	180	3,7	4,4	92,3		145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3		53,1
ХЛЕБ ВАРШОВСКИЙ	20	1,9	2	6,1		26
КОФЕЛИНОВЫЙ ПАЙКТОК С МЯСНОКОММУСТАРАБИ ЧУДСКОГО	200	2,2	1,9	18,6		66,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,3</b>	<b>8,9</b>	<b>117,3</b>		<b>324,3</b>
<b>Второй завтрак</b>						
ПЕЧЕНЬЕ	100	3,6	2,7	7,1		36,4
<b>Обед</b>						
ВИНЕГРЕТ	50	0,7	2	10,4		53,3
РАССОЛЬНИК С ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томаты, лук репчатый, морковь, картофель, крупы перловая, огурец, соевый, масло растительное)	180	6,2	11,2	9		169,5
РИС ОТВАРНОЙ (крупы рисовая, вода, соль)	130	4	4,1	18,1		125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2		135,4
КОМПОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (сладкая клюква, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	25,5		93,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3		52,4
ХЛЕБ РЖАНОУ	20	2	0,3	12,7		61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>23,5</b>	<b>26,3</b>	<b>90,2</b>		<b>694,7</b>
<b>Ужин</b>						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С НИИ ПИ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томаты, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9		97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ ТРАВЦА И МОРО	200	0	0	28,2		112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4		78,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>4,3</b>	<b>4,2</b>	<b>58,5</b>		<b>288,6</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1580</b>	<b>80,4</b>	<b>71,8</b>	<b>242,6</b>		<b>1946,6</b>