

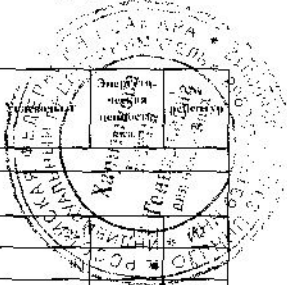
19.12.2024

И.И. Хасенов и И.Т. Хасенова

МЕНЮ

19 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Продукты питания, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетическая ценность, кДж
<b>Питание 09 руб.</b>						
<b>Завтрак</b>						
КАША КАРЮЧЬЯ ДЯДЬЧИНА	180	9,0	9,0	18,0	162,0	678
МАСЛО СМЕТАННОЕ	7	0,1	8,7	0,1	76,5	320
БЕЛЫЙ САХАР	10	0,2	0,2	10,0	40,0	167
ВАНИЛЬ	20	0,5	0,2	10,0	40,0	167
КАША СМОРОДЯНОМ	200	1,0	0,1	12,2	48,8	203
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>427</b>	<b>9,8</b>	<b>17,9</b>	<b>42,9</b>	<b>366,8</b>	<b>1505</b>
<b>Завтрак</b>						
ПЕЧЕНЬКА	150	0,6	4,5	18,0	76,5	320
<b>Обед</b>						
Чай с лимоном	50	0,1	0,1	10,0	40,0	167
СУП КУРИНЫЙ	180	6,3	7,6	18,0	137,9	575
Пюре картофельное	150	0,6	1,1	18,1	72,1	299
Бифштекс из говядины	80	9,7	11,7	12,1	151,1	632
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,3	41,4	171
Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	8,3	33,3	138
Салат из овощей с растительным маслом	200	1,2	0,2	22,0	88,0	365
<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>2975</b>
<b>Ужин</b>						
Картофельное пюре	150	0,6	1,1	18,1	72,1	299
Пюре картофельное с овощами	80	0,6	1,1	18,1	72,1	299
Пюре банановое	50	0,3	0,2	8,3	33,3	138
Чай с сахаром и лимонным соком	200	0,2	0,1	12,2	48,8	203
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,3	41,4	171
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>67,0</b>	<b>267,7</b>	<b>1093</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>41,5</b>	<b>25,4</b>	<b>118,6</b>	<b>1142,5</b>	<b>4661</b>