

ИП Харитонюк Е.Г.



МЕНЮ

27 декабря 2024 г.  
от 3 до 7 лет



Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность				Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витаминность, ккал	
Стоимость: 179 руб.						
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ	180	5	7,4	23,3	181,3	
МАСЛО (ПОРЦИЙНЫМ)	7	2,3	3	0	36,5	
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>11</b>	<b>12,9</b>	<b>52,2</b>	<b>370,7</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	5,8	10,9	52,2	328,3	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАЛУСЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ	50	0,5	1,9	4,2	37	
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,5	4,2	9,8	93,4	
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЙ" (горох, масло растительное)	130	4	4,1	18,1	125,1	
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ПЕРДА"	40/40	3,5	3	22,6	132,2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РАЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>14,3</b>	<b>14</b>	<b>83,2</b>	<b>519,6</b>	
<b>Полдник</b>						
ПШОШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,4	0,4	9,8	47	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>2,6</b>	<b>2,3</b>	<b>28,4</b>	<b>147,5</b>	
<b>Ужин</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	200	4	4,1	18,1	125,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8	
<b>Всего за день:</b>	<b>430</b>	<b>5,5</b>	<b>4,7</b>	<b>56,6</b>	<b>290,3</b>	