



МЕНЮ  
28 декабря 2024 г.  
от 3 ГОДА ВОЗРАСТА

Продукты питания, наименование, бренд	Масса порции	Пищевая ценность				Энергетическая ценность	Количество порций
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
Цена: 179 руб.							
<b>Завтрак</b>							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	6	22,1	161,1	199	
МАСЛО (ПОЛЖИРИ)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6	
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	15,5	55,2	412	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>7,1</b>	<b>15,3</b>	<b>51,1</b>	<b>370,3</b>		
<b>Второй завтрак</b>							
СОК	100	1,5	0,5	21	96	199	
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,7	2	10,4	63,3	13	
СУП ВИТАМИННЫЙ С КУРИЦЕЙ "КУРОЧКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86	
ПЛОВ С МЯСОМ "СТАРИК ХОТТАБЫЧ"	200	3,5	3	22,6	132,2	219	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
ХЛЕБ РЖАКОМ	20	1,3	0,1	8,5	40,8		
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИТЬЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21,5</b>	<b>11,8</b>	<b>70</b>	<b>473,3</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		
СОК	200	1,5	0,5	21	96		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>5,3</b>	<b>5,4</b>	<b>58,2</b>	<b>304,5</b>		
<b>Ужин</b>							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219	
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227	
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>8,2</b>	<b>6,1</b>	<b>60,1</b>	<b>326,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>42,1</b>	<b>33,2</b>	<b>181,2</b>	<b>1170,1</b>		