

13.01.2025

ИП Ухоловский Е.Е.



МЕНЮ
13 января 2025 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Количество витаминов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАГНАЯ МОЛОЧНАЯ ХОДЖА "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	0	22,1	161,1	199
МАСЛО (КОРИАНДРИ)	7	0,1	8,3	0,1	75,2	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	417	7,1	15,3	51,1	370,3	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	2,1	90	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАЛУТЫ	80	0,7	2	10,4	63,3	13
СУП ВИТАМИННЫЙ С КУРИЦЕЙ "КУРОЧКА РЕБА"	180	14,5	0	8,5	149,9	86
ПЛОД С МЯСОМ "СТАРИК ХОТ ТАБЕЧ"	200	5,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЦЫНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	70	473,3	
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
СОК	200	1,5	0,5	2,1	90	
Итого за прием пищи:	250	5,3	5,4	39,3	304,5	
Ужин						
ВАНИЛЬНАЯ ИЗ ПИРОГА	120	3,5	3	22,5	132,2	219
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,0	2,3	0,2	31,5	227
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНКОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	8,2	6,1	60,1	326,5	
Всего за день:		42,1	33,2	181,2	1170,1	