

15.01.2025



МЕНЮ

15 января 2025 г.

от 3 года до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА"	180	4,5	6,1	23,8	157,2	182
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	26	2,5	3	0	36,5	7
ЧАЙ	30	1,5	0,6	10,5	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	208	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	21	96	109
Обед						
БЕРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛИ МУРОМЦА	150	3,5	3	22,6	132,2	219
ПЕЧЕНЬ МЯСНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304,267
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	43,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАТУ "ЗЕЛЕНАЯ АБРИКОС"	200	3,4	4	7,6	82,8	394
Итого за прием пищи:	690,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Полдник						
ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	50	4	1,5	46,6	215,1	441
КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДОВЫЙ	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	250	4,2	1,7	68,7	306,7	
Ужин						
ОВОЩНОЕ РАГУ	230	2	3,5	14,9	97,2	339
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	208	3,4	4	7,6	82,8	417
Итого за прием пищи:	458	6,9	4,6	17,9	137,2	
Всего за день:		10,7	8,2	28,2	226,1	
Всего за день:		75,4	52,8	233,8	1898,8	

5.