

16.01.2025

МЕНЮ

16 января 2025 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Пример пищи, изготовленная в блоке	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетическая ценность, кДж
Цены: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПЕРЛОВАЯ	200	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
БАЛОГ	30	1,5	0,5	10,3	52,4	
КАКМО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	10,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	437	6,4	15,6	42,7	335,1	
Завтрак						
БЕЛОВО	100	1,5	0,5	2,1	90	199
Обед						
ВИНЕГРЕТ	50	0,4	1,5	2,0	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	2,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,3	40,8	
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЛАВашОК	200	0,2	0,2	22,1	81,6	593
Итого за прием пищи:	760	27,9	24,7	89,7	128	
Полдник						
ПРЯЖИКО	50	4	1,5	46,6	213,1	441
КЕФИР	200	6,1	4,5	9,6	109,8	420
Итого за прием пищи:	250	10,1	6	56,2	324,9	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ЦЕПОРЕ	150	2	3,3	14,9	97,2	319
БИГОЧКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	13,4	15,1	50,5	389,3	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,2	