

24.01.2025

ИП Харитонова Е.Г.



МЕНЮ
24 декабря 2024 г.
от 3 до 7 лет

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность ккал
		Белки г	Жиры г	Углеводы г	Соль г	
Стоимость: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ" (молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4		145,2
МАСЛО (ПОРЦИОНАМ)	7	2,3	3	0		36,5
БАТОН	30	1,3	0,6	10,3		52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6		100,5
Итого за прием пищи:	417	9,7	9,9	51,3		334,6
Второй завтрак						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	5,8	10,9	52,2		328,3
Обед						
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,3	4,2	9,8		93,4
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЯ" (горох, масло растительное)	130	3	4,3	18,3		125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ПЕРДА"	40/40	3,3	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 РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,6		40,8
Итого за прием пищи:	630	14,3	14	83,2		519,6
Полдник						
ПЫШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи, изюм, сахарные)	50	2,2	1,9	18,6		100,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,4	0,4	9,8		47
Итого за прием пищи:	250	2,6	2,3	28,4		147,5
Ужин						
9 ПУДДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	3,5	3	22,6		132,2
7 СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	2,6	2,3	6,2		31,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3		52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ТРИНГЛ-ЛИМОН"	200	0	0	28,2		112,8
Всего за день:	400	5	3,6	61,1		297,4