

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 15 "

04

2022г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 10)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
100/5	Омлет натуральный	10,1	16,1	1,9	202,5	
200	Чай с молоком	3,0	2,5	15,6	97,3	
40/5/15	Бутерброд с сыром	6,4	8,1	19,5	182,3	
	Итого	20,6	32,0	41,6	553,5	
Второй завтрак						
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
60	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	0,8	2,0	5,0	44,1	
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	3,0	2,2	170,0	99,9	
230	Птица, тушеная в соусе с овощами	21,9	20,7	22,4	369,9	
180	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	13,6	54,2	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46	
	Итого	29,8	25,4	237,7	695,7	
Уплотненный полдник						
80/5	Котлеты из говядины	13,5	16,7	12,5	262,7	
150/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	8,1	5,5	36,8	234,4	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	23,2	22,3	69,1	583,9	
	Всего	74,5	79,9	366,1	1908,2	135,08

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 15 "

04

2022г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 10)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
40	Икра кабачковая консервированная	0,8	3,6	3,1	47,6	
110	Омлет натуральный	11,1	13,9	2,1	182,1	
180	Чай с молоком	3,1	2,7	13,1	89,7	
35	Хлеб пшеничный	2,6	1,0	18,0	91,7	
	Итого	17,6	21,2	36,3	411,1	
Второй завтрак						
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
40	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	0,6	1,5	3,2	30,5	
150	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,3	1,8	12,7	75,1	
180	Птица, тушеная в соусе с овощами	16,8	15,6	17,8	282,4	
150	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	11,6	46,5	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	22,3	19,3	62,3	516,1	
Уплотненный полдник						
40	Огурец соленый	0,3	0,1	1	5,6	
80	Котлеты из говядины	13,3	13,2	12,9	227,3	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	4,2	4,6	19,1	139,1	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	19,4	18,0	52,8	458,8	
	Всего	60,2	58,7	169,1	1461,1	117,82