

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 19 " 04 2022г

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 12)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
200/5	Каша жидкая (манная)	8,0	4,6	34,2	210,5	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
45	Яйца вареные	5,5	5,0	0,3	68,6	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого	20,6	15,1	54,1	436,3	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (банан)	3	1	42	192	
	Итого	3	1	42	192	
Обед						
60	Горошек консервированный	0,9	3,9	5,1	59,4	
200	Щи из свежей капусты с картофелем	1,5	4,0	7,2	71,6	
80/5	Котлета из говядины	13,5	16,7	12,5	262,7	
130	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	7,0	4,7	31,9	203	
180	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	25,7	102,6	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
	Итого	26,3	29,7	103,6	801,3	
Уплотненный полдник						
70/5	Рыба припущенная	13,2	4,3	0,2	97,3	
150	Пюре картофельное	3,2	4,6	21,4	143,9	
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
30	Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	68,9	
	Итого	18,8	9,1	46,2	351,8	
	Всего	68,7	54,9	245,9	1781,4	135,08

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 19 " 04 2022г

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 12)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
130	Каша жидкая (манная)	5,3	3,0	22,8	139,9	
180	Молоко кипяченое	5,0	4,4	8,3	94,3	
45	Яйца вареные	5,5	5,0	0,3	68,6	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого	17,3	13,0	41,7	355,2	
Второй завтрак						
150	Фрукты свежие (банан)	2,3	0,8	31,5	144,0	
	Итого	2,3	0,8	31,5	144,0	
Обед						
150	Щи из свежей капусты с картофелем	1,2	3,0	5,5	54,2	
80	Котлета из говядины	23,3	13,2	12,9	227,3	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	4,2	4,6	19,1	139,1	
150	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	21,1	84,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	31,4	21,2	75,6	587,0	
Уплотненный полдник						
60/5	Рыба припущенная	11,3	4,2	0,2	88,5	
120	Пюре картофельное	2,4	3,7	17,1	115,0	
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7	
	Итого	17,0	8,1	47,4	339,9	
	Всего	68,0	43,1	196,2	1426,1	117