

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"21" 04 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 14)



Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
<b>Завтрак</b>						
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
100/5	Омлет натуральный	10,1	16,1	1,9	202,5	
180	Какао с молоком	3,6	3,0	15,0	101,9	
40/5/15	Бутерброд с сыром	6,4	8,1	19,5	182,3	
	<b>Итого</b>	<b>21,2</b>	<b>32,5</b>	<b>41</b>	<b>558,1</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
180	Сок яблочно-виноградный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	<b>Итого</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
60	Икра свекольная или морковная (морковная)	1,3	2,9	6,6	60	
200	Борщ с капустой и картофелем на м/б	2,1	4,2	10,0	87,2	
200	Жаркое по-домашнему	23,8	22,1	20,7	382,3	
180	Компот из свежих плодов	0,1	0,1	20,9	86	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	<b>Итого</b>	<b>29,9</b>	<b>29,7</b>	<b>75,2</b>	<b>697,1</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245	
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	<b>Итого</b>	<b>18,0</b>	<b>16,4</b>	<b>56,5</b>	<b>464,1</b>	
	<b>Всего</b>	<b>70,0</b>	<b>78,8</b>	<b>190,4</b>	<b>1794,4</b>	<b>135,08</b>

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"21" 04 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 14)



Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
<b>Завтрак</b>						
40	Икра кабачковая консервированная	0,8	3,6	3,1	47,6	
110	Омлет натуральный	11,1	13,9	2,1	182,1	
180	Какао с молоком	3,6	3,0	15,0	101,9	
30/10	Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8	
	<b>Итого</b>	<b>17,9</b>	<b>28</b>	<b>35,4</b>	<b>477,4</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
180	Сок яблочно-виноградный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	<b>Итого</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>						
40	Икра свекольная или морковная (морковная)	0,9	1,9	4,4	40,1	
150	Борщ с капустой и картофелем на м/б	1,7	3,0	7,5	65,3	
200	Жаркое по-домашнему	23,4	21,7	22,5	383,7	
150	Компот из свежих плодов	0,1	0,1	17,4	71,8	
20	Хлеб ржаной	1,3	0,2	8,5	40,8	
	<b>Итого</b>	<b>27,4</b>	<b>26,9</b>	<b>60,3</b>	<b>601,7</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245,0	
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	<b>Итого</b>	<b>18,0</b>	<b>16,4</b>	<b>56,5</b>	<b>464,1</b>	
	<b>Всего</b>	<b>64,2</b>	<b>71,5</b>	<b>169,9</b>	<b>1618,3</b>	<b>117,82</b>