

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 16 " 05 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 11)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
<b>Завтрак</b>						
220	Суп молочный с крупой (рисовый)	5,3	5,4	18,4	145,1	
180	Кофейный напиток на молоке	2,8	2,2	15,4	92,9	
40	Хлеб пшеничный	3	1,2	20,6	104,8	
10	Сыр( порциями)	2,2	2,9	0	35,3	
	<b>Итого</b>	<b>13,3</b>	<b>11,7</b>	<b>54,4</b>	<b>378,1</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
200	Фрукты свежие (яблоко)	0,8	0,8	19	91,2	
	<b>Итого</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>						
60	Помидоры соленые	0,7	0,1	2,3	14,4	
200	Суп картофельный	1,9	2,3	15,6	90,6	
200	Макаронник с мясом или печенью (печень)	20,1	10,6	42,1	368,4	
180	Сок яблочный	0,9	2,0	17,7	75,1	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
	<b>Итого</b>	<b>28,4</b>	<b>15,5</b>	<b>108,9</b>	<b>697,9</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
60	Икра свекольная или морковная (морковная)	1,3	2,9	6,6	60	
80/5	Котлеты рыбные любительские	10,5	7,3	5,0	135,1	
150	Рагу овощное (3 вариант)	2,8	5,9	14,9	134,6	
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	
50	Булочка дорожная	4,1	3,9	28,9	167,3	
	<b>Итого</b>	<b>22,0</b>	<b>20,2</b>	<b>85,5</b>	<b>633,4</b>	
	<b>Всего</b>	<b>64,5</b>	<b>48,2</b>	<b>267,8</b>	<b>1800,6</b>	<b>140,48</b>

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 16 " 05 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 11)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
<b>Завтрак</b>						
160	Суп молочный с крупой (рисовый)	3,8	4,2	13,2	107,8	
150	Кофейный напиток на молоке	2,3	1,8	11,4	71,3	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
10	Сыр( порциями)	2,2	2,9	0	35,3	
	<b>Итого</b>	<b>10,6</b>	<b>9,8</b>	<b>40,0</b>	<b>293,0</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
200	Фрукты свежие (яблоко)	0,8	0,8	19	91,2	
	<b>Итого</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>						
40	Помидоры соленый	0,5	0,1	1,5	9,6	
150	Суп картофельный	1,6	1,8	11,7	68,3	
150/5	Макаронник с мясом или печенью (печень)	15,1	11,4	31,5	312,7	
150	Сок яблочный	0,8	0,2	14,7	62,6	
15	Хлеб пшеничный	1,1	0,1	7,5	35,5	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	<b>Итого</b>	<b>21,7</b>	<b>14</b>	<b>83,9</b>	<b>570,3</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
40	Икра свекольная или морковная (морковная)	0,9	1,9	4,4	40,1	
70	Котлеты рыбные любительские	9,2	2,8	4,5	82	
120	Рагу овощное (3 вариант)	2,2	4,8	11,9	106,9	
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
50	Булочка дорожная	4,1	3,9	28,9	167,3	
	<b>Итого</b>	<b>18,1</b>	<b>13,5</b>	<b>69,7</b>	<b>485,4</b>	
	<b>Всего</b>	<b>51,2</b>	<b>38,1</b>	<b>212,6</b>	<b>1439,9</b>	<b>122,53</b>