

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 23 " 06 2022г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 19)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность
Завтрак					
250/2	Суп молочный с макаронными изделиями	7,1	6,1	24,4	183
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7
30/10	Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8
	Итого	9,7	13,6	49,6	370,5
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 (морковь)	0,8	2,0	5,0	44,1
200	Суп картофельный с крупой	1,7	2,1	13,7	81,1
80/5	Котлета из говядины	13,5	16,7	12,6	262,9
130	Рагу овощное (3 вариант)	2,4	5,1	12,9	116,8
180	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	14,0	55,8
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6
	Итого	21,0	26,3	75,2	642,3
Уплотненный полдник					
150	Пудинг из творога (запеченный)	23,3	16,0	34,7	385,1
50	Соус молочный (сладкий)	1,0	2,5	3,6	44,4
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8
30	Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	68,9
50	Булочка "Осенняя"	3,5	5,3	26,8	169,1
	Итого	35,6	28,9	89,0	772,3
	Всего	67,2	69,0	231,5	1860,2

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 23 " 06 2022г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 19)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
150	Суп молочный с макаронными изделиями	4,3	3,8	14,8	112,6	
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
45	Яйцо варенное	5,5	5,0	0,3	68,6	
	Итого	12,3	9,7	40,5	301,5	
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 (морковь)	0,6	1,5	3,2	30,5	
150	Суп картофельный с крупой	1,3	1,7	10,1	60,9	
80/5	Котлета из говядины	13,5	16,7	12,6	262,9	
120	Рагу овощное (3 вариант)	2,2	4,8	11,9	106,9	
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	20,2	25,1	66,4	589,3	
Уплотненный полдник						
120	Пудинг из творога (запеченный)	18,5	12,9	28,7	313,1	
50	Соус молочный (сладкий)	1,0	2,5	3,6	44,4	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30	Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	68,9	
	Итого	27,3	20,5	56,2	531,2	
	Всего	60,7	55,5	180,8	1497,1	122,53