

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 10 " 09 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 2)



Ирина Мордвинцева
19.09.2022

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценност
Завтрак					
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4
120	Омлет натуральный	12,2	15,3	2,2	199,5
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8
40	Хлеб пшеничный	3,0	1,2	20,6	104,8
	Итого	21,9	26,7	36,7	480,5
Второй завтрак					
180	Сок в ассортименте	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)	0,9	3,6	4,9	54,6
200	Суп картофельный с крупой	1,7	2,1	13,7	81,1
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245
180	Кисель из повидла, джема, повидла	0,1	0,0	25,7	102,6
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102
	Итого	20,4	20,1	79	585,2
Уплотненный полдник					
150	Пудинг из творога с яблоками	20,7	15,8	21,0	323
60	Соус молочный	1,3	3,2	4,3	53,7
200	Кофейный напиток с молоком	3,1	2,4	14,8	93,9
40	Хлеб пшеничный	3,0	0,2	19,5	91,9
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4
	Итого	29,6	23,6	74,5	645,2
	Всего	72,8	70,6	207,9	1786

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 10 " 09 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 2)



Ирина Мордвинцева
10.09.2022

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	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Итого	19,8	23,3	29,9	413,1	
Второй завтрак						
180	Сок в ассортименте	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	2,6	3,4	39,6	
150	Суп картофельный с крупой	1,3	1,7	10,1	60,9	
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245	
150	Кисель из повидла, джема, повидла	0,1	0,0	21,1	84,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	19	18,7	65,1	511,9	
Уплотненный полдник						
110	Пудинг из творога с яблоками	15,2	13,3	14,2	247,8	
50	Соус молочный	1,0	2,5	3,5	43,9	
200	Кофейный напиток с молоком	3,1	2,4	14,8	93,9	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46	
83,4	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	Итого	22,3	20,3	57,1	515	
	Всего	62	62,5	169,8	1515,1	122,53