

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 28 " 10 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 10)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	
Завтрак						
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
100/5	Омлет натуральный	10,1	16,1	1,9	202,5	
200	Чай с молоком	3,0	2,5	15,6	97,3	
40/5/15	Бутерброд с сыром <i>молочный</i>	6,4	8,1	19,5	182,3	
	Итого	20,6	32,0	41,6	553,5	
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 макаронными изделиями	3,0	2,2	170,0	99,9	
230	Птица, тушеная в соусе с овощами	21,9	20,7	22,4	369,9	
180	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	13,6	54,2	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46	
	Итого	29,8	25,4	237,7	695,7	
Уплотненный полдник						
80/5	Котлеты из говядины	13,5	16,7	12,5	262,7	
150/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	8,1	5,5	36,8	234,4	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	23,2	22,3	69,1	583,9	
	Всего	74,5	79,9	366,1	1908,2	140,4

*Направленная Верить
Зна: Игорь Иванович ТД*

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

" 28 " 10 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 10)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет.	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	
180	Чай с молоком	3,1	2,7	13,1	89,7	
35	Хлеб пшеничный	2,6	1	18	91,7	
	Итого	17,6	21,2	36,3	411,1	
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 макаронными изделиями	2,3	1,8	12,7	75,1	
180	Птица, тушеная в соусе с овощами	16,8	15,6	17,8	282,4	
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	22,3	19,3	62,3	516,1	
Уплотненный полдник						
40	Огурец свежий	0,3	0,1	1	5,6	
80	Котлеты из говядины	13,3	13,2	12,9	227,3	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	4,2	4,6	19,1	139,1	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	19,4	18,0	52,8	458,8	
	Всего	60,2	58,7	169,1	1461,1	122,5