

ИП Мордвинцева Е.А.

## Меню

"24" декабря 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 12)

| Выход               | Наименование                           | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углеводы<br>г | Энергет.<br>ценность | Цена   |
|---------------------|----------------------------------------|------------|-----------|---------------|----------------------|--------|
| Завтрак             |                                        |            |           |               |                      |        |
| 130                 | Каша жидкая (манная)                   | 5,3        | 3,0       | 22,8          | 139,9                |        |
| 180                 | Молоко кипяченое                       | 5,0        | 4,4       | 8,3           | 94,3                 |        |
| 45                  | Яйца вареные                           | 5,5        | 5,0       | 0,3           | 68,6                 |        |
| 20                  | Хлеб пшеничный                         | 1,5        | 0,6       | 10,3          | 52,4                 |        |
|                     | Итого                                  | 17,3       | 13,0      | 41,7          | 355,2                |        |
| Второй завтрак      |                                        |            |           |               |                      |        |
| 150                 | Фрукты свежие (банан)                  | 2,3        | 0,8       | 31,5          | 144,0                |        |
|                     | Итого                                  | 2,3        | 0,8       | 31,5          | 144,0                |        |
| Обед                |                                        |            |           |               |                      |        |
| 150                 | Щи из свежей капусты с картофелем      | 1,2        | 3,0       | 5,5           | 54,2                 |        |
| 80                  | Котлета из говядины                    | 23,3       | 13,2      | 12,9          | 227,3                |        |
| 80/5                | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 4,2        | 4,6       | 19,1          | 139,1                |        |
| 150                 | Кисель из повидла, джема, варенья      | 0,1        | 0,0       | 21,1          | 84,8                 |        |
| 40                  | Хлеб ржаной                            | 2,6        | 0,4       | 17,0          | 81,6                 |        |
|                     | Итого                                  | 31,4       | 21,2      | 75,6          | 587,0                |        |
| Уплотненный полдник |                                        |            |           |               |                      |        |
| 60/5                | Рыба припущенная                       | 11,3       | 4,2       | 0,2           | 88,5                 |        |
| 120                 | Пюре картофельное                      | 2,4        | 3,7       | 17,1          | 115,0                |        |
| 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                 |        |
|                     | Итого                                  | 17,0       | 8,1       | 47,4          | 339,9                |        |
|                     | Всего                                  | 68,0       | 43,1      | 196,2         | 1426,1               | 122,53 |

ИП Мордвинцева Е.А.

## Меню

"24" декабря 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 12)

| Выход               | Наименование                           | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углеводы<br>г | Энергет.<br>ценность | Цена   |
|---------------------|----------------------------------------|------------|-----------|---------------|----------------------|--------|
| Завтрак             |                                        |            |           |               |                      |        |
| 200/5               | Каша жидкая (манная)                   | 8,0        | 4,6       | 34,2          | 210,5                |        |
| 200                 | Молоко кипяченое                       | 5,6        | 4,9       | 9,3           | 104,8                |        |
| 45                  | Яйца вареные                           | 5,5        | 5,0       | 0,3           | 68,6                 |        |
| 20                  | Хлеб пшеничный                         | 1,5        | 0,6       | 10,3          | 52,4                 |        |
|                     | Итого                                  | 20,6       | 15,1      | 54,1          | 436,3                |        |
| Второй завтрак      |                                        |            |           |               |                      |        |
| 200                 | Фрукты свежие (банан)                  | 3          | 1         | 42            | 192                  |        |
|                     | Итого                                  | 3          | 1         | 42            | 192                  |        |
| Обед                |                                        |            |           |               |                      |        |
| 60                  | Горошек консервированный               | 0,9        | 3,9       | 5,1           | 59,4                 |        |
| 200                 | Щи из свежей капусты с картофелем      | 1,5        | 4,0       | 7,2           | 71,6                 |        |
| 80/5                | Котлета из говядины                    | 13,5       | 16,7      | 12,5          | 262,7                |        |
| 130                 | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 7,0        | 4,7       | 31,9          | 203                  |        |
| 180                 | Кисель из повидла, джема, варенья      | 0,1        | 0,0       | 25,7          | 102,6                |        |
| 50                  | Хлеб ржаной                            | 3,3        | 0,4       | 21,2          | 102                  |        |
|                     | Итого                                  | 26,3       | 29,7      | 103,6         | 801,3                |        |
| Уплотненный полдник |                                        |            |           |               |                      |        |
| 70/5                | Рыба припущенная                       | 13,2       | 4,3       | 0,2           | 97,3                 |        |
| 150                 | Пюре картофельное                      | 3,2        | 4,6       | 21,4          | 143,9                |        |
| 180/10/7            | Чай с лимоном                          | 0,2        | 0,0       | 10,0          | 41,7                 |        |
| 30                  | Хлеб пшеничный                         | 2,2        | 0,2       | 14,6          | 68,9                 |        |
|                     | Итого                                  | 18,8       | 9,1       | 46,2          | 351,8                |        |
|                     | Всего                                  | 68,7       | 54,9      | 245,9         | 1781,4               | 140,48 |