

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"30" декабря 2022 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 15)

Выход	Наименование	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
180/2	Суп молочный с крупой (гречневой)	5,3	5,1	14,8	127,1	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
40	Хлеб пшеничный	3,0	1,2	20,6	104,8	
10	Сыр порциями	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	16,1	14,1	44,7	372,0	
Второй завтрак						
150	Фрукты свежие (апельсин)	1,4	0,3	12,2	54,0	
	Итого	1,4	0,3	12,2	54,0	
Обед						
40	Икра кабачковая консервированная	0,8	3,6	3,1	47,6	
150	Суп картофельный с крупой	1,8	1,7	10,7	65,1	
180	Птица тушеная в соусе с овощами	16,8	15,6	17,8	282,4	
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	22,1	21,3	69,7	561,5	
Уплотненный полдник						
130	Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	8,6	4,9	21,9	177,8	
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	11,9	5,1	52,0	338,0	
	Всего	51,5	40,8	178,6	1325,5	122,53

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"30" декабря 2022 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 15)

Выход	Наименование	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
220/2	Суп молочный с крупой (гречневой)	6,4	5,9	18,5	153,9	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
10	Сыр порциями	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	16,5	14,6	43,2	372,6	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (апельсин)	1,8	0,4	16,2	72	
	Итого	1,8	0,4	16,2	72	
Обед						
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
200	Суп картофельный с крупой	2,4	2,1	14,5	86,6	
230	Птица тушеная в соусе с овощами	21,9	20,7	22,4	369,9	
180	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	25,7	102,6	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46	
	Итого	30,3	28,6	98,1	778,5	
Уплотненный полдник						
200	Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	13,3	8,7	33,6	286,4	
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	
	Итого	15,0	8,8	53,6	375,5	
	Всего	63,6	52,4	211,1	1598,6	140,48