

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"LG" генератор 20дГ.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 14)

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	
180	Какао с молоком	3,6	3,0	15,0	101,9	
30/10	Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8	
	Итого	17,9	28	35,4	477,4	
Второй завтрак						
180	Сок яблочно-виноградный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
40	Икра свекольная или морковная (морковная)	0,9	1,9	4,4	40,1	
150	Борщ с капустой и картофелем на м/б	1,7	3,0	7,5	65,3	
200	Жаркое по-домашнему	23,4	21,7	22,5	383,7	
150	Компот из свежих плодов	0,1	0,1	17,4	71,8	
20	Хлеб ржаной	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Итого	27,4	26,9	60,3	601,7	
Уплотненный полдник						
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245,0	
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	Итого	18,0	16,4	56,5	464,1	
	Всего	64,2	71,5	169,9	1618,3	122,53

122,53