ИП Мордвинцева Е.А.

Утверждаю
Зав. д/с "Теремок" М/В

Меню

"20" января 2023 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 5)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
	Завтрак					
200/5	Каша жидкая (геркулесовая)	8,6	6,1	31,6	217,4	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30/10	Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8	
	Итого	**16,6**	**18,5**	**56,1**	**468**	
	Второй завтрак					
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	
	Обед					
60	Горошек консервированный	0,9	3,9	5,1	59,4	
200	Суп картофельный на м/б	2,5	2,4	15,6	94,7	
200	Жаркое по-домашнему	23,8	22,1	20,7	382,3	
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	**32,1**	**28,9**	**98**	**787**	
	Уплотненный полдник					
60	Икра свекольная или морковная (морковная)	1,3	2,9	6,6	60	
80/5	Котлеты или биточки рыбные запеченные	10,9	7,4	7,8	149,9	
150	Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	3,9	3,9	39,7	214,1	
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	**18,2**	**14,6**	**82,2**	**559,7**	
	Всего	**67,8**	**62,2**	**254,0**	**1889,8**	**140,48**

ИП Мордвинцева Е.А.

Утверждаю
Зав. д/с "Теремок" М/В

Меню

"20" января 2023 г.

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

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
	Завтрак					
130	Каша жидкая (геркулесовая)	5,6	4,0	20,2	139,7	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30/10	Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8	
	Итого	**13,6**	**16,4**	**44,7**	**390,3**	
	Второй завтрак					
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	
	Обед					
40	Горошек консервированный	0,6	2,6	3,4	39,6	
150	Суп картофельный на м/б	2,0	2,3	11,7	75,8	
150	Жаркое по-домашнему	23,4	21,8	22,5	384,4	
150	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	21,1	84,8	
20	Хлеб ржаной	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Итого	**27,4**	**26,9**	**67,2**	**625,4**	
	Уплотненный полдник					
45	Икра свекольная или морковная (морковная)	1,1	2,2	5,0	45,6	
70	Котлеты или биточки рыбные запеченные	9,5	3,9	6,7	103	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	1,8	3,8	18,8	121,3	
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	**14,5**	**10,3**	**58,6**	**405,6**	
	Всего	**56,4**	**53,8**	**188,2**	**1496,4**	**122,53**