

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"14" января 2023 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 2)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
60	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
120	Омлет натуральный	12,2	15,3	2,2	199,5	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
40	Хлеб пшеничный	3,0	1,2	20,6	104,8	
	Итого	21,9	26,7	36,7	480,5	
Второй завтрак						
180	Сок в ассортименте	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
60	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	0,9	3,6	4,9	54,6	
200	Суп картофельный с крупой	1,7	2,1	13,7	81,1	
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245	
180	Кисель из повидла, джема, повидла	0,1	0,0	25,7	102,6	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
	Итого	20,4	20,1	79	585,3	
Уплотненный полдник						
150	Пудинг из творога с яблоками	20,7	15,8	21,0	323	
60	Соус молочный	1,3	3,2	4,3	53,7	
200	Кофейный напиток с молоком	3,1	2,4	14,8	93,9	
40	Хлеб пшеничный	3,0	0,2	19,5	91,9	
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	Итого	29,6	23,6	74,5	645,9	
	Всего	72,8	70,6	207,9	1786,8	140,48

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"17" января 2023 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 2)

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	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Итого	19,8	23,3	29,9	413,1	
Второй завтрак						
180	Сок в ассортименте	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
40	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	0,6	2,6	3,4	39,6	
150	Суп картофельный с крупой	1,3	1,7	10,1	60,9	
160/30	Голубцы ленивые	14,4	14,0	13,5	245	
150	Кисель из повидла, джема, повидла	0,1	0,0	21,1	84,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	19	18,7	65,1	511,9	
Уплотненный полдник						
110	Пудинг из творога с яблоками	15,2	13,3	14,2	247,8	
50	Соус молочный	1,0	2,5	3,5	43,9	
200	Кофейный напиток с молоком	3,1	2,4	14,8	93,9	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	9,7	46	
20	Печенье	1,5	2,0	14,9	83,4	
	Итого	22,3	20,3	57,1	515	
	Всего	62	62,5	169,8	1515,1	122,53