

ИП Мордвинцева Е.А. *Заведующая* *Университет*

ИП Мордвинова Е.А.

Меню

"02" Warbler 2022 F.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 13)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
200/5	Каша жидкая (пшеничная)	9,3	4,6	39,2	235,1	
180	Чай с молоком	2,7	2,3	14,0	87,6	
30/5/20	Бутерброд с джемом или повидлом	2,3	3,7	27,4	156,7	
	Итого	14,3	10,6	80,6	479,4	
Второй завтрак						
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
60	Огурец свежий	0,5	0,1	1,5	8,4	
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,3	2,2	16,2	94,4	
80/80	Тефтели мясные(1 вариант)	12,6	16,7	16,4	279,4	
150	Капуста тушеная	3,3	5,7	14,5	123,5	
180	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	14,0	55,8	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
	Итого	22	25,1	83,8	663,5	
Уплотненный полдник						
80/5	Суфле из рыбы	13,6	11,2	3,4	176,1	
150	Картофель запеченный в сметанном соусе	3,2	4,7	18,3	134,2	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,2	15,1	71	
50	Булочка с повидлом	3,5	5,3	26,8	169,1	
	Итого	22,7	21,4	73,4	589,8	
	Всего	59,9	57,3	255,5	1807,8	140,48