

12.02.2024 (2пп)

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
178	Кашиа Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, масло сливочное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-6, Угл-22	11-36
180	Кашиа рисовая (диета, без молока) <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-112, Б-2, Ж-3, Угл-20	=
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	=
180	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	3-50
180	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	4-71
28	Батон белый	ККАЛ-73, Б-2, Ж-1, Угл-14	=
16	Хлеб ржаной	ККАЛ-27, Б-1, Угл-5	=
Итого за Завтрак		ККАЛ-513, Б-12, Ж-16, Угл-80	=
Завтрак 2			
100	Компот из смородины красной <small>смородина красная са/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-23, Угл-6	19-57
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-23, Угл-6	2-58
Обед			
50	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-62, Б-3, Ж-4, Угл-3	3-42
180	Суп Волна <small>картофель св, морковь св, яйцо столовое, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сушеная (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-97, Б-3, Ж-5, Угл-9	6-89
180	Суп картофельный с мясными фрикадельками <small>картофель св, говядина ш/ф, лук репчатый, морковь св, яйцо, масло растительное, соль, зелень сушеная</small>	ККАЛ-146, Б-6, Ж-10, Угл-9	=
80	Голубцы быстрые из мяса <small>фарш свиной, капуста белокочанная св, свиная мякоть ш/ф, говядина односортовая для руб, изюм, лук репчатый, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная</small>	ККАЛ-159, Б-7, Ж-12, Угл-6	22-55
130	Пюре картофельное <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-116, Б-3, Ж-4, Угл-17	10-97
180	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-53, Угл-13	2-86
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-52
21	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	=
Итого за Обед		ККАЛ-740, Б-26, Ж-36, Угл-80	49-21
Полдник			
60	Булочка Сдобная <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, яйцо столовое, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-187, Б-5, Ж-5, Угл-30	6-51
102	Груши запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-90, Б-1, Ж-3, Угл-4	=
182	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-97, Б-5, Ж-5, Угл-8	=
200	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	=
Итого за Полдник		ККАЛ-407, Б-11, Ж-13, Угл-49	6-51
Ужин			
40	Яблоки, груши печеные <small>яблоки свежие, груши свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-28, Угл-4	12-37
120	Пудинг творожно-манный <small>творог свежий 9%, сахар-песок, изюм, яйцо столовое, манка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-281, Б-18, Ж-10, Угл-29	5-55
180	Овощи с сердцем <small>картофель св, морковь св, лук репчатый, капуста белокочанная св, морковь св, лук репчатый, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-8, Угл-17	=
52	Соус Сметанный ванильный <small>сметана 15%, сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, Угл-9	3-65
190	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-38, Угл-10	0-95
26	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-61, Б-2, Угл-13	2-10
16	Хлеб ржаной	ККАЛ-27, Б-1, Угл-5	=
Итого за Ужин		ККАЛ-701, Б-32, Ж-24, Угл-87	24-62
Итого за день		ККАЛ-2 384, Б-81, Ж-89, Угл-302	102-49