



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 3-7 лет

Москва 11/01/2025 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЯНОЙ (РИСОВОЙ)	180	4,3	4,9	16,3	132,5	101
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,3	99,2	416
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,1	5,9	9	106,2	3
Итого за завтрак		410	9,7	14	38	337,9	
II Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ) <i>16.10.20</i>	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
	Итого за II завтрак	100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ПОРЦИЯМИ) ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,9	7	2,8	86,1	50
	Салат из свежей капусты с картошкой со сметаной	180	1,6	2,5	8,5	57,7	110
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	200	17,1	23,4	23,6	395,6	133
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,3	0	18	71	394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	ПРОМ
	Итого за обед	690	21,9	33,5	78,7	704,1	
Полдник	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ <i>16.10.20</i>	50	0,8	1,2	42,3	177	ПРОМ
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ <i>16.10.20</i>	200	4,8	5	9	99	420
	Итого за полдник	250	5,6	6,2	51,3	276	
Ужин	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ) <i>16.10.20</i>	60	0,5	0,1	0,9	6	71
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	180	12,9	5,1	4,3	143,7	249
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	9,6	41,8	686
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	ПРОМ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
Итого за ужин		480	13	5,6	36	269,2	

Зав. производством

16.10.20