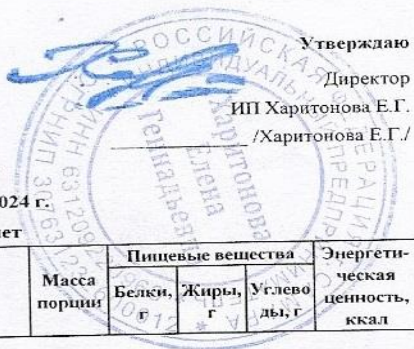


ИП Харитонова Е.Г.



Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
28 октября 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшено, сахар, масло сливочное)	180	5,4	8	24,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,4	53,4
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Обед					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,65	1,8	8,6	58,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	180	6,2	11,2	9	163,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ДЛЯ ВИННИ-ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО" (сушеные яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	1,5	25,8	71,4	614,9
Ужин					
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	220	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	450	1,5	0,6	38,5	165,2
Всего за день:	1590	67,1	90,4	231,6	2031,2
Всего за день:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,4

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
29 октября 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР	10	0,6	1,3	0,1	31,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	425	8,8	18,1	51,2	420,5
Второй завтрак					
КЕФИР	100	3,6	2,7	5,4	86,4
Обед					
САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	50	0,7	2	10,4	63,3
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	4,5	8,3	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАНТАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИНЯ ВИШЕНКА" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	650	11,3	8,9	68,7	402,4
Ужин					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ЯБЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2
Итого за прием пищи:	450	35,9	18,3	45,9	500
Всего за день:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,4

ИП Харитонов Е.Г.

Утверждаю
Директор
ИП Харитонов Е.Г.
Харитонов Е.Г.



МЕНЮ
30 октября 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	370	4,1	2,9	38,7	196,7
Второй завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	3,6	2,7	5,4	86,4
Обед					
МОРКОВЬ	50	0,4	1,5	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (говядина, картофель, горох, морковь, лук, масло растительное)	180	6,3	7,5	10,6	135,4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМЦА (макароны, масло сливочное)	130	3,5	3	22,6	132,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИБЬОРИНА ГРУППА" (сушеные яблоки и груши, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	680	22	21	72	560
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГУРОЧКА" (картофель, молоко, масло сливочное)	130	17	16,5	19,8	296,9
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
Итого за прием пищи:	450	29,9	26	75	925,3
Всего за день:	1500	59	67	251	2115

ИП Харитонов Е.Г.

Утверждаю
 Директор
 ИП Харитонов Е.Г.
 Харитонов Е.Г.

МЕНЮ
 31 октября 2024 г.
 от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАЗЕРКАЛЬЯ" (молочко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	430	9,3	8,9	51,4	324,1
Второй завтрак					
	100	3,6	2,7	5,4	86,4
Обед					
ПРЯЖЕНКА	50	0,7	2	10,4	63,3
ОГУРЦЫ	180	6,2	11,2	9	163,6
РАССОЛЬНИК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томат, лук репчатый, морковь, картофель, крупа перловая, огурец соленый, масло растительное)	130	4	4,1	18,1	125,1
РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное)	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КУРИЦА С ОВОЦАМИ	200	0,2	0,2	22,5	93,7
КОМПОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (свежая клюква, сахар, лимон)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	680	23,5	26,3	90,2	694,7
Итого за прием пищи:					
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9	97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	450	4,3	4,2	58,5	288,6
Всего за день:	1585	80,4	71,8	242,6	1946,6

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю
Директор
ИП Харитонова Е.Г.
/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ

01 ноября 2024 г.

от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕЙСКИЙ ПРИНЦ" (молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	5	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	2,3	3	0	36,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	11	12,9	52,3	370,7
Второй завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,5	1,9	4,2	37
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЙ" (ГОРОХ, МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ)	130	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	80	3,5	3	22,6	132,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	660	14,3	14	83,2	519,6
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С СОУСОМ	200	4	4,1	18,1	125,1
ПЛОШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
Всего за день:	450	21,8	13,2	62,5	460,3