

07-113003000400
4003000414 113003000400
МЕРОВ Д.А. 19.08.1980 г.
МЕТОВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ
19.08.1980 г.

Меню на 21.10.2025

Примечание	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 2		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Омлет	80	100	131	163,75	7,8	9,75	10,5	13,12	1,4	1,75
	Какшо с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Батон 20/30										
	масло 6/9 сыр 7/10	33	49	115,52	171,58	3,44	5,03	6,99	10,33	10,34	15,52
10-00 Бананы		100	110	46	50,60	0,4	0,44	0,3	0,33	10,3	11,33
Итого за завтрак:		263	329	347,52	456,33	14,14	18,65	20,1	26,93	28,92	40,17
Итого за второй завтрак:		100	110	46	50,6	0,4	0,44	0,3	0,33	10,3	11,33
Обед	Суп Харчо	180	200	92,03	102,26	6,46	7,18	2,65	2,94	10,58	11,76
	Запеканка картофельная	180	200	273	303,00	13,8	15,40	12,6	14,10	27,7	30,80
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Компот из кураги	150	180	38,7	46,44	0,45	1,08	0	-	9,7	11,64
	Салат из свежих огурцов	35	40	35,92	41,05	0,25	0,29	3,5	4,04	0,8	0,90
	Итого за обед:	620	717,5	584,15	673,92	25,24	29,36	20,88	24,05	75,01	87,45
Полдник	Машиник										
		80	100	223,84	279,80	3,6	4,50	7,2	9,00	35,84	44,80
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за полдник:		230	280	269,84	334,8	4,65	5,76	8,26	10,28	44,26	54,9
Итого за день:		1213	1436,5	1247,51	1515,65	44,43	54,21	49,54	61,59	158,49	193,85