



Согласовано

Утверждено

Директор ООО «АРКАРИМ»

Шафрина З.Г.

Меню на «24» 05 2022 г.
Дети от 3-х до 7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), минералы (мг)
Завтрак		
165	Каша а. молочная жидкая	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-18
200	Чай с сахаром	Калорийность-57, Углеводы-15
10	Сыр порционный	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4
30	Бат. оп. изрезной вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Завтрак 2		
100	Кисель из концентрата на плодово-ягодных экстрактах	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-15
Обед		
50	Салат из отварной свеклы	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4
200	Щи	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
50	Котлет. и рыбные «Детские»	Калорийность-112, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-7
130	Картофельное пюре	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18
20	Соус сметанный с овощами	Калорийность-21, Жиры-1, Углеводы-2
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-101, Жиры-0,4, Жиры-0,081, Углеводы-25
30	Хлеб пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
30	Хлеб рисово-пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10
Упол. детский полдник		
60/18	Пудинг из творога с рисом (соед. молочный сладкий 50/19)	Калорийность-262,22, Белки-17,76, Жиры-12,73, Углеводы-19,14
130	Каша а. молочная пшеничная жидкая	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17
200	Чай с сахаром	Калорийность-57, Углеводы-15
25	Хлеб пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
100	Фрукты	Калорийность-95, Белки-1,5, Жиры-0,5, Углеводы-21

Меню на «24» 05 2022 г.
Дети до 3-х

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), минералы (мг)
Завтрак		
200	Каша а. молочная жидкая	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15
150	Чай с сахаром	Калорийность-43, Углеводы-11
10	Сыр порционный	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4
25	Бат. оп. изрезной вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10
Завтрак 2		
100	Кисель из концентрата на плодово-ягодных экстрактах	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-10
Обед		
30	Салат из отварной свеклы	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-3
155	Щи из свеклы картофельные	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
50	Котлет. и рыбные «Детские»	Калорийность-112, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-7
110	Картофельное пюре	Калорийность-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
20	Соус сметанный с овощами	Калорийность-14, Жиры-1, Углеводы-1
150	Компот из сушеных плодов	Калорийность-84,73, Белки-0,33, Жиры-0,015, Углеводы-20,83
20	Хлеб пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-61, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
25	Хлеб рисово-пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8
Упол. детский полдник		
50/15	Пудинг из творога с рисом (соед. молочный сладкий 50/19)	Калорийность-262,22, Белки-17,76, Жиры-12,73, Углеводы-19,14
110	Каша а. молочная пшеничная жидкая	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
150	Чай с сахаром	Калорийность-43, Углеводы-11
20	Хлеб пшеничный обогащенный вып. аминизированный для дет. вскармливания	Калорийность-61, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
100	Фрукты	Калорийность-95, Белки-1,5, Жиры-0,5, Углеводы-21