



Утверждаю

Директор ООО «АРКАИМ»

Шафикова З.Г.

Мено на « 28.05 » 2021 г.
Дети от 3-х до 7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
165	Каша манная молочная жидкая	Калорийность-138, Белки-4 Жиры-б, Углеводы-18
30	Биток из фарша гов. с помидорами и луком для детского питания	Калорийность-69, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Нашпоко впитам. в концентрате плодово-ягодного происхождения «Випококар»	Калорийность-51, 2, Углеводы-12, 8
10	Сыр порционно	Калорийность-34, Белки-2,64 Жиры-2,б, Углеводы-0
Завтрак 2		
150	Кисель в концентрате плодово-ягодный	Калорийность-57, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-0
Обед		
50	Щи со свеклой отварной	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-б
200	Пюре из свежей капусты с картошкой	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-б
50	Компот из фруктов «Детский»	Калорийность-91, Белки-б, Жиры-5, Углеводы-б
25	Соус томатный с овощами	Калорийность-22, 43, Белки-0,31, Жиры-1,83, Углеводы-1,18
150	Картофельное пюре	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-101, Белки-0,3, Жиры-0,02, Углеводы-24,99
25	Хлеб пшеничный впитаминизированный	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
30	Хлеб рисовый – пшеничный впитаминизированный	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
Удешевленный полдник		
154	Каши рисовая молочная	Калорийность-164, Белки-4 Жиры-б, Углеводы-24
50	Творожок с фруктами	Калорийность-313, Белки-6 Жиры-10, Углеводы-48
200	Чай с сахаром	Калорийность-57, Углеводы-15
25	Хлеб пшеничный впитаминизированный	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15

Меню на «28.05» _____ 2026г.
Дети до 3-х

Вход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
165	Каша с минная молочная жидкая	Калорийности-119, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15
25	Батон нарезной витаминизированный для детского питания	Калорийности-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10
150	Какао с молоком	Калорийности-83, Белки-3,15 Жиры-2,72, Углеводы-12,83
10	Сыр порционно	Калорийности-34, Белки-2,64 Жиры-2,6, Углеводы-0
Завтрак 2		
100	Кисель из концентрата плодово-ягодный	Калорийности-57, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-0
Обед		
30	Ларковые отварные	Калорийности-26, Белки-1, Углеводы-6
155	Щи из свежей капусты с картошкой	Калорийности-56, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
50	Котлетки рыбные «Детские»	Калорийности-91, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6
25	Суп с толченым с овощами	Калорийности-22,43, Белки-0,31, Жиры-1,83, Углеводы-1,18
110	Картофельное пюре	Калорийности-101, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийности-84,75, Белки-0,3, Жиры-0,02, Углеводы-208,99
20	Хлеб пшеничный витаминизированный	Калорийности-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
25	Хлеб ржаной-пшеничный	Калорийности-61, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12
Употребляемый полдник		
133	Каша с рисовой молочной	Калорийности-164, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24
50	Фруктовый салат	Калорийности-313, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-48
150	Чай с сахаром	Калорийности-43, Углеводы-11
20	Хлеб пшеничный витаминизированный	Калорийности-61, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12