



Согласовано

[Handwritten signature]

Утверждено

Директор ООО «АРКАИМ»

Шафикова З.Г.

Мено на «26» 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		
160	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-187, Белки-6, Жиры 7, Углеводы 28,65
200	Кофейный напиток	Калорийность-100, Белки-3,17, Жиры 2,68, Углеводы 15,96
30	Батон нарезной витаминизированный для дет. питания	Калорийность-104, Белки-3,36, Жиры 1,29, Углеводы 19,74
10	Сыр порционные	Калорийность-34, Белки-2,36, Жиры 2,66, Углеводы 0
Завтрак 2		
105	Кефир	Калорийность-39,97, Белки-2,85 Жиры 0,07, Углеводы 6,77
Обед		
50	Икра свекольная	Калорийность-47, Белки-1, Жиры 2, Углеводы 5
195	Суп картофельный с бобовыми и гречками	Калорийность-98, Белки-4, Жиры 4, Углеводы 12
200	Рагу овощное с тещей	Калорийность-240, Белки-7,09, Жиры 4,55, Углеводы 29,2
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-88, Углеводы 21
25	Хлеб пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-77, Белки-2, Жиры 1, Углеводы 15
30	Хлеб ржано-пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы 10
Уполотенный полдник		
154	Каша "Артек" молочная вязкая	Калорийность-296, Белки-6, Жиры 6, Углеводы 56
200	Чай с сахаром	Калорийность-57, Углеводы 15
25	Хлеб пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-77, Белки-2, Жиры 1, Углеводы 15
50	Дарилки с творогом	Калорийность-158, Белки-6,58, Жиры 3,91, Углеводы 31,5

Мено на «26» 05 2021 г.
Дети до 3-х

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-188, Белки-5, Жиры 6, Углеводы 28,65
150	Кофейный напиток	Калорийность-76, Белки-2, Жиры 2, Углеводы 12
25	Батон нарезной витаминизированный для дет. питания	Калорийность-104, Белки-3,36, Жиры 1,29, Углеводы 19,74
10	Сыр порционные	Калорийность-34, Белки-2,36, Жиры 2,66, Углеводы 0
Завтрак 2		
105	Кефир	Калорийность-39,97, Белки-2,85 Жиры 0,07, Углеводы 6,77
Обед		
30	Икра свекольная	Калорийность-28, Белки-1, Жиры 1, Углеводы 3
195	Суп картофельный с бобовыми и гречками	Калорийность-80, Белки-3, Жиры 3, Углеводы 10
180	Рагу овощное с тещей	Калорийность-240, Белки-7,09, Жиры 4,55, Углеводы 29,2
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-88, Углеводы 21
20	Хлеб пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-61, Белки-2, Жиры 1, Углеводы 12
25	Хлеб ржано-пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы 8
Уполотенный полдник		
133	Каша "Артек" молочная вязкая	Калорийность-256, Белки-5, Жиры 5, Углеводы 48
150	Чай с сахаром	Калорийность-43, Углеводы 11
20	Хлеб пшеничный обог. вит. для д/п	Калорийность-61, Белки-2, Жиры 1, Углеводы 12
50	Дарилки с творогом	Калорийность-158, Белки-6,58, Жиры 3,91, Углеводы 31,5

[Handwritten signature]