

и.о. заведующего *У Муравьев И.И.*



МЕНЮ  
14.11.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150	5,54	5,37	21,95	156,78	0,6	9а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0	2а
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,1	7а
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8а
ОБЕД	Свекольник	150	4,74	3,57	17,86	122,9	20,31	10а
ОБЕД	Ёжики мясные	160	2,86	7,82	14,03	138,32	0,096	60а
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	5а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а
УПЛОТНЁН	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а
УПЛОТНЁН	Картофель отварной	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5а
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЁН	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
УПЛОТНЁН	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1554	34,13	41,84	205,52	1337,52	339,423	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1554	34,13	41,84	205,52	1337,52	339,423	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1554	34,13	41,84	205,52	1337,52	339,423	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,55	3,13	15,37	1337,52	25,38	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8	9а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,	2,92	9,	75,84	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88	8а
ОБЕД	Свекольник	250	7,9	5,95	29,77	204,83	33,85	10а
ОБЕД	Ёжики мясные	200	3,58	9,78	17,54	172,9	0,12	60а
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
УПЛОТНЁН	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
УПЛОТНЁН	Картофель отварной	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5а
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9а
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЁН	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
УПЛОТНЁН	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2026	48,86	54,77	278,13	1796,54	367,914	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2026	48,86	54,77	278,13	1796,54	367,914	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2026	48,86	54,77	278,13	1796,54	367,914	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,72	3,05	15,48	1796,54	20,48	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024