



16.01.2023г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	8a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5a
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	150	4,26	3,16	16,71	112,53	19,215	10a
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	1a
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 из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	4,585	17a
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	1a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1434	32,24	33,89	215,54	1287,27	81,356	
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:		1434	32,24	33,89	215,54	1287,27	81,356	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1434	32,24	33,89	215,54	1287,27	81,356	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,5	2,63	16,74	1287,27	6,32	

16.01.2023г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,86	29,52	216,28	0,8	8a
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,09	0,01	0,6	2,98	0,2	7a
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,502	5a
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,25	4,64	24,51	165,04	28,182	10a
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	1a
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 из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,88	113,84	0	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,602	17a
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	1a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1876	45,61	44,97	288,96	1726,88	101,972	
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:		1876	45,61	44,97	288,96	1726,88	101,972	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1876	45,61	44,97	288,96	1726,88	101,972	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,64	2,6	16,73	1726,88	5,9	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024