

и.о. зав. отделом  *Туровская И*

МЕНЮ  
16.11.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	1а
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5а
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	80	1,01	4,02	6,17	65,08	9,952	20а
ОБЕД	Рис рассыпчатый	100	3,15	2,62	26	140,4	0	30
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
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	120	7,36	6,84	27,91	203,12	0,084	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1439</b>	<b>32,52</b>	<b>29,94</b>	<b>201,91</b>	<b>1203,8</b>	<b>246,336</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1439</b>	<b>32,52</b>	<b>29,94</b>	<b>201,91</b>	<b>1203,8</b>	<b>246,336</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1439</b>	<b>32,52</b>	<b>29,94</b>	<b>201,91</b>	<b>1203,8</b>	<b>246,336</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,7	2,49	16,77	1203,8	20,46	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3	2,92	9	75,84	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	1а
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5а
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	100	1,26	5,02	7,71	81,35	12,44	20а
ОБЕД	Рис рассыпчатый	120	3,78	3,14	31,2	168,48	0	30
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
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Апельсин Ясли/Сад	80	0,72	0,16	6,48	34,4	48	4а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1881</b>	<b>45,13</b>	<b>39,45</b>	<b>274,37</b>	<b>1622,56</b>	<b>265,414</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1881</b>	<b>45,13</b>	<b>39,45</b>	<b>274,37</b>	<b>1622,56</b>	<b>265,414</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1881</b>	<b>45,13</b>	<b>39,45</b>	<b>274,37</b>	<b>1622,56</b>	<b>265,414</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,78	2,43	16,91	1622,56	16,36	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024