

И.О. Явдугин

Туробская АА



18.01.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	10а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
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	1а
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7а
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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	27,68	113,84	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,92	2,84	15,83	1681,23	9,59	

18.01.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	10а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
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	1а
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	51,876	7а
ОБЕД	Тефтели мясные 180/230	230	3,68	11,09	16,58	181,42	0,138	2а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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	27,68	113,84	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1891	49,03	47,8	266,07	1681,23	161,16
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,92	2,84	15,83	1681,23	9,59	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024