



19.12.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1а
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3а
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19а
ОБЕД	Щи Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	35,37	7а
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	1а
ОБЕД	Компот из чернослива	150	1,32	0,27	40,94	163,74	0	14а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты и зеленого горошка 80/100	80	2,45	4,92	5,86	78,56	43,6	32а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	120	7,36	6,84	27,91	203,12	0,084	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1474	34,94	41,23	236,84	1443,56	94,777	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1474	34,94	41,23	236,84	1443,56	94,777	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1474	34,94	41,23	236,84	1443,56	94,777	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,42	2,86	16,41	1443,56	6,57	

19.12.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	1а
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а
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	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	1а
ОБЕД	Компот из чернослива	200	1,76	0,36	54,58	218,32	0	14а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты и зеленого горошка 80/100	100	3,06	6,15	7,32	98,2	54,5	32а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	3а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1946	49,61	52,92	325,27	1949,13	124,554	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1946	49,61	52,92	325,27	1949,13	124,554	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1946	49,61	52,92	325,27	1949,13	124,554	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,55	2,72	16,69	1949,13	6,39	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024