

22.11.2022г.



Туровская

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150	5,54	5,37	21,95	156,78	0,6	9а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
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	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,5	4а
ОБЕД	Суп с клецками Ясли/Сад	150	3,4	2,21	19,05	110,75	12,525	14а
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072	6а
ОБЕД	Гороховое пюре 100/120	100	12,04	4,76	28,97	206,85	0	6а
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	5а
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	38,31	14,585	21а
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Капустник"	50	8,69	9,92	46,06	312,57	31,3	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1369	45,63	39,43	240,18	1490,28	205,203	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1369	45,63	39,43	240,18	1490,28	205,203	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1369	45,63	39,43	240,18	1490,28	205,203	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,06	2,65	16,12	1490,28	13,77	

22.11.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8	9а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Суп с клецками Ясли/Сад	220	4,99	3,23	27,94	162,43	18,37	14а
ОБЕД	Котлета мясная 60/80	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096	6а
ОБЕД	Гороховое пюре 100/120	120	14,45	5,71	34,76	248,22	0	6а
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
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежих огурцов и помидор	60	0,77	3,16	3,76	45,97	17,502	21а
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Капустник"	60	10,43	11,9	55,27	375,08	37,56	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1801	61,55	51,67	322,46	1984,9	223,198	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1801	61,55	51,67	322,46	1984,9	223,198	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1801	61,55	51,67	322,46	1984,9	223,198	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,1	2,6	16,25	1984,9	11,24	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024