

22.12.2022г.

г.о. Заверудское Ш. Куровская Д.А.



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 кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
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	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	38,31	14,585	21а
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11а
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	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38		0 5а
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
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60		1,3 16
УПЛОТНЕНИЕ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	80	2,05	1,5	16,68	92,14	34,646	20а
УПЛОТНЕНИЕ	Манные биточки со сгущенным молоком	100	9,77	15,68	42,13	347,49		0,52 3а
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1469	51,78	49,67	253,18	1657,79	199,4	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1469	51,78	49,67	253,18	1657,79	199,4	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1469	51,78	49,67	253,18	1657,79	199,4	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,12	3,	15,27	1657,79	12,03	

22.12.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырной массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
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	Салат из свежих огурцов и помидор	60	0,77	3,16	3,76	45,97	17,502	21а
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	220	6,75	3,39	39,8	219,6	18,26	11а
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	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84		0 5а
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
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60		1,3 16
УПЛОТНЕНИЕ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	2,3	1,68	18,77	103,65	38,997	20а
УПЛОТНЕНИЕ	Манные биточки со сгущенным молоком	120	11,72	18,82	50,56	416,99	0,624	3а
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1911	68,85	63,74	338,08	2184,25	214,875	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1911	68,85	63,74	338,08	2184,25	214,875	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1911	68,85	63,74	338,08	2184,25	214,875	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,15	2,92	15,48	2184,25	9,84	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024