



Куровская И.А.

23.01.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 11								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	12
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,37	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65		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	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	150	2,73	2,64	7,32	62,91		0,45 4а
ОБЕД	Оладьи из печени	80	19,33	10,01	25,85	273,13		26,728 17а
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	100	3,87	3,15	24,77	142,78		28,5 4а
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
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	150	6,08	2,	13,72	97,37		12,3 6а
УПЛОТНЕНИ	Булка дорожная	50	6,86	7,14	40,4	256,56		0,465 19а
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2		0,09 11а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72		0 342
УПЛОТНЕНИ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6,	30,4		30,4 2а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1489	58,33	39,81	239,27	1544,5	234,122
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1489	58,33	39,81	239,27	1544,5	234,122
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1489	58,33	39,81	239,27	1544,5	234,122
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности								
			3,78	2,58	15,49	1544,5	15,16	

23.01.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 11								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65		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	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27		0,66 4а
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41		33,41 17а
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34		34,2 4а
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
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8		18,04 6а
УПЛОТНЕНИ	Булка дорожная	60	8,23	8,57	48,47	307,87		0,558 19а
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6		0,12 11а
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44		0 342
УПЛОТНЕНИ	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6,	30,4		30,4 2а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1981	79,2	53,09	320,68	2065,79	254,324
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1981	79,2	53,09	320,68	2065,79	254,324
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1981	79,2	53,09	320,68	2065,79	254,324
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности								
			3,83	2,57	15,52	2065,79	12,31	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024