

и.о. заведующий



Суровская Н.А.

26.01.2023г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71			
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	136,69	0,3	15
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	86,19	0,66	10а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	67,49	0	3а
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	81,65	130	13а
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	0,82	0	2а
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	1,49	0,1	7а
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	150	2,89	1,64	20,03	8,16	5,835	3а
ОБЕД	Зразы с капустой	160	4,3	10,64	12,1	159,6	12,3	18а
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	36,256	39а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	33,27	1,646	1а
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	42,72	0	341
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Рыба, тушеная с овощами 100/120	100	1,89	4,39	7,27	85,38	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Рис рассыпчатый 100/120	100	2,84	2,52	23,4	76,9	5,89	32
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	127,77	0	71
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	33,31	3,06	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	62,57	0	201
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1474	30,64	33,68	207,79	37,6		8 7а
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1474	30,64	33,68	207,79	1243,12	204,047	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,46	2,71	16,72	1243,12	204,047	16,41

26.01.2023г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28			
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	182,26	0,4	15
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	119,4	0	3а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	81,65	130	13а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	1,23	0	2а
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Суп вермишелевый Ясли/Сад	220	4,25	2,4	29,37	9,8	7,002	3а
ОБЕД	Зразы с капустой	200	5,38	13,3	15,12	156,33	18,04	18а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	199,5	45,32	39а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	49,9	2,469	1а
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	64,08	0	341
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	104,4	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Рыба, тушеная с овощами 100/120	120	2,27	5,27	8,72	113,84	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Рис рассыпчатый 100/120	120	3,41	3,02	28,08	92,28	7,068	32
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	153,32	0	71
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	62,57	0	201
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	85,44	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1926	43,31	44,27	281,87	37,6		8 7а
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1926	43,31	44,27	281,87	1675,92	223,459	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,58	2,64	16,82	1675,92	223,459	13,33

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024