



И.О. Явдворская

29.11.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	150	2,88	1,74	14,03	84,36	32,31	19а
ОБЕД	Рожки отварные	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
ОБЕД	Мясная за жарка Ясли/Сад	60	1,02	3,85	5,16	60,01	2,37	14а
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 вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39	44
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы	200	3	1	42	192	20	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1519	37,23	31,27	246,43	1411,75	90,373	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1519	37,23	31,27	246,43	1411,75	90,373	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1519	37,23	31,27	246,43	1411,75	90,373	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,64	2,21	17,46	1411,75	6,4	

29.11.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
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	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3а
ОБЕД	Суп овощной Ясли/Сад	220	4,22	2,55	20,57	123,73	47,388	19а
ОБЕД	Рожки отварные	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Мясная за жарка Ясли/Сад	80	1,36	5,14	6,88	80,01	3,16	14а
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 вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468	44
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы	200	3	1	42	192	20	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1951	50,57	41,5	317,55	1835,02	114,457	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1951	50,57	41,5	317,55	1835,02	114,457	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1951	50,57	41,5	317,55	1835,02	114,457	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,76	2,26	17,3	1835,02	6,24	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024