

27.01.2022г.

Категория: Дети 1-3 лет



Гуровская ИТ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 4									
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	150	5,4	5,34	22,22	157,14	0,6	14	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3а	
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	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19а	
ОБЕД	Суп "Харчо" Ясли/Сад	150	2,4	1,86	15,93	90,44	13,98	8а	
ОБЕД	Гуляш мясной Ясли/Сад	70	0,83	1,51	4,16	34,03	1,344	62	
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43	
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а	
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а	
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	
УПЛОТНЕН	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16а	
УПЛОТНЕН	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35а	
УПЛОТНЕН	Рулет с изюмом	50	7,76	7,45	56,9	324,78	0,465	9а	
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а	
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342	
УПЛОТНЕН	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1419	43,39	36,99	249,33	1496,49	176,66	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1419	43,39	36,99	249,33	1496,49	176,66	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1419	43,39	36,99	249,33	1496,49	176,66	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,9	2,47	16,66	1496,49	11,8	

27.01.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 4									
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,8	14	
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3а	
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а	
ОБЕД	Суп "Харчо" Ясли/Сад	220	3,52	2,73	23,36	132,64	20,504	8а	
ОБЕД	Гуляш мясной Ясли/Сад	90	1,06	1,94	5,35	43,75	1,728	62	
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43	
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,48	2,51	5,02	49,9	2,469	1а	
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а	
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	
УПЛОТНЕН	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а	
УПЛОТНЕН	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198	35а	
УПЛОТНЕН	Рулет с изюмом	60	9,32	8,95	68,29	389,74	0,558	9а	
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а	
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342	
УПЛОТНЕН	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1861	58,33	48,27	329,44	1970,01	189,787	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1861	58,33	48,27	329,44	1970,01	189,787	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1861	58,33	48,27	329,44	1970,01	189,787	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,96	2,45	16,72	1970,01	9,63	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024