

30.01.2023г.

Категория: Дети 1-3 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 5									
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	12	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2а	
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 свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1а	
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	1а	
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 из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а	
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а	
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	100	7,65	5,58	43,95	259	20,39	4а	
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	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1344	32,48	38,68	222,53	1360,08	216,723	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1344	32,48	38,68	222,53	1360,08	216,723	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1344	32,48	38,68	222,53	1360,08	216,723	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,39	2,84	16,36	1360,08	15,93	

30.01.2023г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 5									
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	12	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а	
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 свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а	
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776	1а	
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243	1а	
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 из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а	
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а	
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с картофелем	120	9,18	6,7	52,74	310,8	24,468	4а	
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	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1786	45,46	49,29	301,4	1815,74	242,109	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1786	45,46	49,29	301,4	1815,74	242,109	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1786	45,46	49,29	301,4	1815,74	242,109	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,5	2,71	16,6	1815,74	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