

и.о. *Туриверал*

МБОУ ЦРР-ДО «Сказка»

01.02.2023г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 7		150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	15	
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,86	10а	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а	
ОБЕД	Лук	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а	
ОБЕД	Чеснок	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а	
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11а	
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	80	1,01	4,02	6,17	65,08	9,952	20а	
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	100	3,44	4,78	24,41	154,5	0	7а	
ОБЕД	Перловый гарнир Ясли/Сад	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	30	1,98	0,36	10,02	56,58	3,375	18а	
ОБЕД	Хлеб ржаной	150	0,18	0,04	13,62	97,37	12,3	6а	
ОБЕД	Компот вишневый	150	6,08	2	13,72	237,48	0,87	2а	
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	60	4,92	5,6	42,11	33,31	3,06	9а	
УПЛОТНЕНИЕ	Блины с джемом	150	0,19	0,03	7,74	76,8	8	3а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	42,72	0	342	
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы Ясли/Сад	20	1,58	0,2	9,66	1423,65	186,945		
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	1479	38,68	31,97	247,27	1423,65	186,945		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1479	38,68	31,97	247,27	1423,65	186,945	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1479	38,68	31,97	247,27	1423,65	186,945	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1479	38,68	31,97	247,27	1423,65	186,945	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,72	2,25	17,37	1423,65	13,13	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 7		200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	15	
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10а	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а	
ОБЕД	Лук	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а	
ОБЕД	Чеснок	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3а	
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	220	6,75	3,39	39,8	219,6	18,26	11а	
ОБЕД	Лапша домашняя Ясли/Сад	100	1,26	5,02	7,71	81,35	12,44	20а	
ОБЕД	Мясо, тушеное с помидорами 80/100	110	3,78	5,26	26,85	169,95	0	7а	
ОБЕД	Перловый гарнир Ясли/Сад	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/40	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343	
ОБЕД	Хлеб ржаной	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а	
ОБЕД	Компот вишневый	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,04	6а	
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	80	6,56	7,47	56,14	316,64	1,16	2а	
УПЛОТНЕНИЕ	Блины с джемом	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а	
УПЛОТНЕНИЕ	Бананы Ясли/Сад	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	1971	55,81	43,1	339,22	1950,92	205,029		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1971	55,81	43,1	339,22	1950,92	205,029	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1971	55,81	43,1	339,22	1950,92	205,029	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1971	55,81	43,1	339,22	1950,92	205,029	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,86	2,21	17,39	1950,92	10,51	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024