



Туровская И.А.

08.02.2023г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	18
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	1,30	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0	17a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5a
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	60	2,03	6,36	8,4	99,59	0,126	11a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
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
УПЛОТНЕНИЕ	Овощи тушеные 120/150	120	7,12	9,44	26,24	221,03	44,844	42a
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	50	6,99	6,32	58,29	318,05	1,065	10a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,49	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1439	42,82	42,15	262,95	1599,12	211,722	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1439	42,82	42,15	262,95	1599,12	211,722	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1439	42,82	42,15	262,95	1599,12	211,722	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,68	2,64	16,44	1599,12	13,24	

08.02.2023г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8	18
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	1,30	13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5a
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	80	2,7	8,48	11,2	132,79	0,168	11a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2a
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18a
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
УПЛОТНЕНИЕ	Овощи тушеные 120/150	150	8,89	11,8	32,81	276,29	56,055	42a
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	60	8,38	7,58	69,95	381,65	1,278	10a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7a
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1891	58,66	56,11	348	2121,87	233,637	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1891	58,66	56,11	348	2121,87	233,637	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1891	58,66	56,11	348	2121,87	233,637	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,76	2,64	16,4	2121,87	11,01	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024