

И.О. Заверушина И. Тушевская И.



09.01.2024г.

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 молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	21
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	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,5	4а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5а
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	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а
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	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0	67
УПЛОТНЕНИЕ	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865	23а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1414	37,15	35,2	236,02	1407,49	151,319
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1414	37,15	35,2	236,02	1407,49	151,319
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1414	37,15	35,2	236,02	1407,49	151,319
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,64	2,5	16,77	1407,49	10,75

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 молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	21
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856	5а
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	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
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	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44	0	67
УПЛОТНЕНИЕ	Ватрушка с джемом	60	8,33	7,58	57,8	334,13	1,038	23а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12	11а
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1826	48,84	43,79	306,12	1808,27	159,442
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1826	48,84	43,79	306,12	1808,27	159,442
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1826	48,84	43,79	306,12	1808,27	159,442
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности				2,7	2,42	16,93	1808,27	8,82

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024