

ч.о. забегу



Гурова И.И.

20.02.2024г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 1									
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	149,38			
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,6	13	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0,3	8а	
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	0	2а	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	10	10	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0	2а	
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	0,1	7а	
ОБЕД	Ши Ясли/Сад	150	2,75	1,74	14,1	83,88	5,835	3а	
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	35,37	7а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	2,538	1а	
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	341	
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	0	343	
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	3,375	18а	
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	100	3,01	3,67	23,86	140,8	4,585	17а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	28,33	5а	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	3,06	9а	
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	342	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	27,85	29,78	185,2	1114,81	94,093	0	201
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1344	27,85	29,78	185,2	1114,81	94,093		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1344	27,85	29,78	185,2	1114,81	94,093		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,5	2,67	16,61	1114,81	8,44		

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	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18			
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,8	13	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0,4	8а	
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	0	2а	
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	10	10	
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0	2а	
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	0,2	7а	
ОБЕД	Ши Ясли/Сад	220	4,03	2,55	20,68	123,02	7,002	3а	
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	51,876	7а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	3,243	1а	
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	341	
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	0	343	
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	4,5	18а	
УПЛОТНЕНИЕ	Картофель отварной 100/120	120	3,61	4,4	28,63	168,96	5,502	17а	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	33,996	5а	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	4,08	9а	
УПЛОТНЕНИЕ	Печенье Ясли/Сад	15	1,12	1,77	11,24	62,57	0	342	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1786	39,75	39,38	256,54	1527,8	121,599	0	201
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1786	39,75	39,38	256,54	1527,8	121,599		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1786	39,75	39,38	256,54	1527,8	121,599		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,6	2,58	16,79	1527,8	7,96		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024