

29.02.2024г.

Категория: Дети 1-3 лет



Итого Шуховская А.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150	5,54	5,37	21,95	156,78	0,6	19
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
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	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1а
ОБЕД	Ежики мясные	160	2,86	7,82	14,03	138,32	0,096	60а
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2а
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а
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
УПЛОТНЕН	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16а
УПЛОТНЕН	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54	69
УПЛОТНЕН	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2а
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕН	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	205
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1399	35,18	41,49	218,35	1379,07	87,639	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1399	35,18	41,49	218,35	1379,07	87,639	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1399	35,18	41,49	218,35	1379,07	87,639	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,55	3,01	15,83	1379,07	6,35	

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								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8	19
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
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	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35	19а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Ежики мясные	200	3,58	9,78	17,54	172,9	0,12	60а
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
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
УПЛОТНЕН	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
УПЛОТНЕН	Картофельная котлета	120	7,03	13,26	35,33	289,19	34,248	69
УПЛОТНЕН	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
УПЛОТНЕН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕН	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	205
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1851	49,06	54,53	292,74	1841,04	111,657	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1851	49,06	54,53	292,74	1841,04	111,657	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1851	49,06	54,53	292,74	1841,04	111,657	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,66	2,96	15,9	1841,04	6,06	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025