

14.03.2024г.

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	150	6,45	5,91	24,14	177,09	0,6	17
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	Салат из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1а
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	60	2,03	6,36	8,4	99,59	0,126	11а
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
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
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,95	40а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1344	36,34	41,15	210,55	1354,69	214,737	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1344	36,34	41,15	210,55	1354,69	214,737	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1344	36,34	41,15	210,55	1354,69	214,737	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,68	3,04	15,54	1354,69	15,85	

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 гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	17
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	Салат из зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4	2,62	22,55	130,22	39,776	1а
ОБЕД	Рыба в кляре 60/80	80	2,7	8,48	11,2	132,79	0,168	11а
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
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
ОБЕД	Компот вишневый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74	40а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Конфеты Ясли/Сад	15	0,6	5,92	7,79	84,91	0	203
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1786	50,4	52,93	285,56	1810,81	240,485	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1786	50,4	52,93	285,56	1810,81	240,485	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1786	50,4	52,93	285,56	1810,81	240,485	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,78	2,92	15,77	1810,81	13,28	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025