

Заведующая *Мельникова Н.С.*

27.04.2024г.

Категория: Дети 1-3 лет



| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры | |
|---|------------------------------------|-------------|---------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| День 10 | | | | | | | | | |
| 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 | 2а | |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом и сыром | 36 | 3,57 | 4,53 | 12,48 | 100,16 | 0,043 | 16 | |
| 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 | Салат из свежей капусты | 50 | 1,43 | 2,59 | 4,41 | 47,56 | 30,625 | 14а | |
| ОБЕД | Бульон с гренками и яйцом Ясли/Сад | 150 | 2,73 | 2,64 | 7,32 | 62,91 | 0,45 | 4а | |
| ОБЕД | Пельмени 180/230 | 180 | 5,08 | 4,9 | 28,57 | 181,64 | 0,396 | 45а | |
| 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 из сухофруктов | 150 | 0,58 | 0,12 | 20,76 | 85,38 | 0 | 5а | |
| УПЛОТНЕНН | Овощи тушеные 120/150 | 120 | 7,12 | 9,44 | 26,24 | 221,03 | 44,844 | 42а | |
| УПЛОТНЕНН | Булка с сюрпризом | 50 | 6,88 | 6,32 | 53,63 | 302,55 | 0,465 | 12а | |
| УПЛОТНЕНН | Чай с лимоном Ясли/Сад | 150 | 0,19 | 0,03 | 7,74 | 33,31 | 3,06 | 9а | |
| УПЛОТНЕНН | Хлеб пшеничный 20/40 | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 42,72 | 0 | 342 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | 1359 | 41,17 | 39,58 | 229,62 | 1438,9 | 90,883 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | | 1359 | 41,17 | 39,58 | 229,62 | 1438,9 | 90,883 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | | 1359 | 41,17 | 39,58 | 229,62 | 1438,9 | 90,883 | |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности | | | | 2,86 | 2,75 | 15,96 | 1438,9 | 6,32 | |

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры | |
|---|------------------------------------|-------------|---------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| День 10 | | | | | | | | | |
| 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 | 2а | |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом и сыром | 56 | 5,56 | 7,04 | 19,42 | 155,8 | 0,067 | 16 | |
| 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 | Салат из свежей капусты | 60 | 1,72 | 3,1 | 5,29 | 57,08 | 36,75 | 14а | |
| ОБЕД | Бульон с гренками и яйцом Ясли/Сад | 220 | 4, | 3,87 | 10,74 | 92,27 | 0,66 | 4а | |
| ОБЕД | Пельмени 180/230 | 230 | 6,49 | 6,26 | 36,5 | 232,09 | 0,506 | 45а | |
| 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 из сухофруктов | 200 | 0,78 | 0,16 | 27,68 | 113,84 | 0 | 5а | |
| УПЛОТНЕНН | Овощи тушеные 120/150 | 150 | 8,89 | 11,8 | 32,81 | 276,29 | 56,055 | 42а | |
| УПЛОТНЕНН | Булка с сюрпризом | 60 | 8,25 | 7,58 | 64,36 | 363,05 | 0,558 | 12а | |
| УПЛОТНЕНН | Чай с лимоном Ясли/Сад | 200 | 0,26 | 0,04 | 10,32 | 44,42 | 4,08 | 9а | |
| УПЛОТНЕНН | Хлеб пшеничный 20/40 | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 85,44 | 0 | 342 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | 1811 | 56,63 | 52,17 | 310,12 | 1929,85 | 110,076 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | | 1811 | 56,63 | 52,17 | 310,12 | 1929,85 | 110,076 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | | 1811 | 56,63 | 52,17 | 310,12 | 1929,85 | 110,076 | |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности | | | | 2,93 | 2,7 | 16,07 | 1929,85 | 5,7 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430469

Владелец Аглеева Наталья Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025