

Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9c4ad63ecec5f6fe83f8fa25f353cb54b
Владелец Попов Владимир Владимирович
Действителен с 29.09.2023 по 22.12.2024

Возрастная категория: ... Дети 3-6лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 12							
ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	1,53	1,44	15,59	79,22	495
	Сыр сычужный твердый порциями	20	4,64	5,90	0,00	72,8	100
	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8	111
	Масло сливочное	5	0,06	3,08	0,09	28,3	105
	Омлет с сосисками	180	16,96	21,13	3,22	274,32	306
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	26,19	32,71	39,46	559,44	
ЗАВТРАК 2	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	515
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	5,22	5,76	8,46	108	
ОБЕД	Сельдь с луком	50	4,66	3,04	1,64	52,67	353
	Рассольник со сметаной на м/к бульоне	180/10	6,53	7,02	7,63	120,28	9/2
	Голубцы ленивые	180	15,48	14,62	12,67	245,21	372
	Напиток из шиповника	180	0,32	0,13	17,46	70,11	519
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	31,15	25,45	62,60	604,87	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
	Напиток с витаминами "Витошка"	180	0,00	0,00	17,46	293,4	617
	Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96	112
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	5,36	2,25	61,90	513,82	
УЖИН	Сок фруктовый	180	0,74	0,14	23,58	99	518
	Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами	80	13,10	4,79	1,64	102,03	343
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный)	50	0,83	5,04	4,80	67,81	4
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	130	2,64	5,47	12,43	110,2	202
ИТОГО ЗА УЖИН		460	18,83	15,60	52,29	426,04	
УЖИН 2	Сырники из творога запеченные	90	13,18	8,81	20,23	265,69	321
	Чай с сахаром	180	0,22	0,00	13,46	52,22	493
	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,8	481
ИТОГО ЗА УЖИН 2		280	14,12	9,66	39,24	350,71	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2335	100,87	91,43	263,95	2562,88	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2335	100,87	91,43	263,95	2562,88	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2335	100,87	91,43	263,95	2562,88	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ... Дети с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 12							
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,70	1,60	17,32	88,02	495
	Сыр сычужный твердый порциями	30	6,96	8,85	0,00	109,2	100
	Батон нарезной	60	4,50	1,74	30,84	157,2	111
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105
	Омлет с сосисками	200	18,84	23,48	3,58	304,8	306
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	32,13	41,82	51,91	715,82	
ЗАВТРАК 2	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120	515
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	6,40	9,40	120	
ОБЕД	Сельдь с луком	70	6,52	4,25	2,30	73,74	353
	Рассольник со сметаной на м/к бульоне	200/14	7,26	7,80	8,48	133,64	9/2
	Голубцы ленивые	200	17,20	16,24	14,08	272,46	372
	Напиток из шиповника	200	0,36	0,14	19,40	77,9	519
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	38,34	29,47	83,98	756,14	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	326	617
	Фрукты свежие (бананы)	200	3,00	1,00	42,00	192	112
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	6,86	2,75	84,84	642,42	
УЖИН	Сок фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110	518
	Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами	125	20,46	7,49	2,56	159,43	343
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный)	70	1,16	7,06	6,73	94,93	4
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	160	3,25	6,74	15,30	135,63	202
ИТОГО ЗА УЖИН		595	28,73	21,77	70,47	593,99	
УЖИН 2	Сырники из творога запеченные	130	19,03	12,73	29,22	383,77	321
	Чай с сахаром	200	0,24	0,00	14,96	58,02	493
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	481
ИТОГО ЗА УЖИН 2		350	20,71	14,43	55,28	507,39	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2875	132,57	116,64	355,88	3335,76	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2875	132,57	116,64	355,88	3335,76	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2875	132,57	116,64	355,88	3335,76	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 12							
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,70	1,60	17,32	88,02	495
	Сыр сычужный твердый порциями	30	6,96	8,85	0,00	109,2	100
	Батон нарезной	80	6,00	2,32	41,12	209,6	111
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105
	Омлет с сосисками	220	20,72	25,83	3,94	335,28	306
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	35,51	44,75	62,55	798,7	
ЗАВТРАК 2	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120	515
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	6,40	9,40	120	
ОБЕД	Сельдь с луком	100	9,31	6,07	3,28	105,35	353
	Рассольник со сметаной на м/к бульоне	250/15	9,08	9,75	10,60	167,05	9/2
	Голубцы ленивые	250	21,50	20,30	17,60	340,57	372
	Напиток из шиповника	200	0,36	0,14	19,40	77,9	519
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Хлеб ржаной	100	6,60	1,20	33,40	174	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	50,65	37,86	108,88	982,37	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	326	617
	Плоды свежие (бананы)	200	3,00	1,00	42,00	192	112
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	6,86	2,75	84,84	642,42	
УЖИН	Сок фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110	518
	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	140	22,92	8,39	2,87	178,56	343
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Салат из белокочанной капусты с морковью (припущенный)	100	1,66	10,08	9,61	135,62	4
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	180	3,65	7,58	17,21	152,59	202
ИТОГО ЗА УЖИН		670	32,85	26,61	80,49	694,27	
УЖИН 2	Сырники из творога запеченные	130	19,03	12,73	29,22	383,77	321
	Чай с сахаром	200	0,24	0,00	14,96	58,02	493
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	481
ИТОГО ЗА УЖИН 2		350	20,71	14,43	55,28	507,39	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3170	152,38	132,80	401,44	3745,15	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3170	152,38	132,80	401,44	3745,15	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3170	152,38	132,80	401,44	3745,15	