

Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9c4ad63ece5f6fe83f8fa25f353cb54b
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 14 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая молочная жидкая | 160 | 5,22 | 7,09 | 28,94 | 199,07 | 255 |
| | Какао с молоком (1-й вариант) | 180 | 3,31 | 3,29 | 22,41 | 129,13 | 496 |
| | Батон нарезной | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,8 | 111 |
| | Масло сливочное | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 105 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,8 | 100 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 405 | 16,23 | 20,52 | 72,00 | 534,1 | |
| ЗАВТРАК 2 | Плоды свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | 112 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | |
| ОБЕД | Винегрет овощной | 50 | 3,98 | 2,74 | 11,64 | 85,15 | 76 |
| | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на м/к бульоне | 180/10 | 7,45 | 7,18 | 12,22 | 144,59 | 145 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,74 | 0,14 | 23,58 | 99 | 518 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 109 |
| | Жаркое по-домашнему с говядиной | 180 | 17,95 | 16,61 | 11,81 | 268,38 | 369 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 650 | 34,28 | 27,31 | 82,45 | 713,72 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога | 150 | 21,32 | 14,13 | 16,54 | 371,61 | 313 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,13 | 0,00 | 17,41 | 65,75 | 508 |
| | Молоко сгущенное | 10 | 0,72 | 0,85 | 5,55 | 32,8 | 481 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 340 | 22,17 | 14,98 | 39,50 | 470,16 | |
| УЖИН | Салат из моркови и яблок | 50 | 0,46 | 2,59 | 3,58 | 40,2 | 9 |
| | Курица в соусе томатном | 70 | 16,74 | 8,79 | 1,76 | 153,3 | 405 |
| | Напиток из замороженных ягод, | 180 | 0,58 | 0,16 | 10,98 | 90,54 | 520/1 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 108 |
| | Каша пшенная рассыпчатая | 130 | 5,92 | 5,67 | 33,83 | 210,18 | 241 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 450 | 25,22 | 17,37 | 59,99 | 541,22 | |
| УЖИН 2 | Йогурт | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | 517 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2145 | 108,80 | 86,78 | 279,04 | 2476,2 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2145 | 108,80 | 86,78 | 279,04 | 2476,2 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2145 | 108,80 | 86,78 | 279,04 | 2476,2 | |

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 14 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая молочная жидкая | 200 | 6,52 | 8,86 | 36,18 | 248,84 | 255 |
| | Какао с молоком (1-й вариант) | 200 | 3,68 | 3,66 | 24,90 | 143,48 | 496 |
| | Батон нарезной | 60 | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 111 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,13 | 6,15 | 0,17 | 56,6 | 105 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | 100 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 21,79 | 29,26 | 92,09 | 715,32 | |
| ЗАВТРАК 2 | Плоды свежие (апельсин) | 200 | 1,80 | 0,40 | 16,20 | 86 | 112 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 1,80 | 0,40 | 16,20 | 86 | |
| ОБЕД | Винегрет овощной | 70 | 5,57 | 3,84 | 16,29 | 119,21 | 76 |
| | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на м/к бульоне | 200/14 | 8,28 | 7,98 | 13,58 | 160,66 | 145 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,4 | 109 |
| | Жаркое по-домашнему с говядиной | 200 | 19,94 | 18,46 | 13,12 | 298,2 | 369 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 770 | 41,61 | 31,48 | 108,91 | 886,47 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога | 180 | 25,58 | 16,96 | 19,85 | 445,93 | 313 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,14 | 0,00 | 19,34 | 73,06 | 508 |
| | Молоко сгущенное | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,6 | 481 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 400 | 27,16 | 18,66 | 50,29 | 584,59 | |
| УЖИН | Салат из моркови и яблок | 70 | 0,64 | 3,63 | 5,01 | 56,28 | 9 |
| | Курица в соусе томатном | 90 | 21,53 | 11,30 | 2,26 | 197,1 | 405 |
| | Напиток из замороженных ягод, | 200 | 0,64 | 0,18 | 12,20 | 100,6 | 520/1 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 108 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 150 | 6,83 | 6,54 | 39,03 | 242,52 | 241 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 550 | 32,68 | 21,97 | 78,18 | 690,5 | |
| УЖИН 2 | Йогурт | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | 517 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2620 | 135,04 | 108,17 | 362,67 | 3136,88 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2620 | 135,04 | 108,17 | 362,67 | 3136,88 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2620 | 135,04 | 108,17 | 362,67 | 3136,88 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|---|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 14 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая молочная жидкая | 230 | 7,50 | 10,19 | 41,61 | 286,17 | 255 |
| | Какао с молоком (1-й вариант) | 200 | 3,68 | 3,66 | 24,90 | 143,48 | 496 |
| | Батон нарезной | 80 | 6,00 | 2,32 | 41,12 | 209,6 | 111 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,13 | 6,15 | 0,17 | 56,6 | 105 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | 100 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 24,27 | 31,17 | 107,80 | 805,05 | |
| ЗАВТРАК 2 | Плоды свежие (апельсин) | 200 | 1,80 | 0,40 | 16,20 | 86 | 112 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 1,80 | 0,40 | 16,20 | 86 | |
| ОБЕД | Винегрет овощной | 100 | 7,96 | 5,49 | 23,27 | 170,3 | 76 |
| | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на м/к бульоне | 250/15 | 10,35 | 9,98 | 16,97 | 200,83 | 145 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,5 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 100 | 6,60 | 1,20 | 33,40 | 174 | 109 |
| | Жаркое по-домашнему с говядиной | 250 | 24,93 | 23,07 | 16,40 | 372,75 | 369 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 950 | 54,46 | 40,30 | 140,84 | 1145,38 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога | 200 | 28,42 | 18,84 | 22,06 | 495,48 | 313 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,14 | 0,00 | 19,34 | 73,06 | 508 |
| | Молоко сгущенное | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,6 | 481 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 420 | 30,00 | 20,54 | 52,50 | 634,14 | |
| УЖИН | Салат из моркови и яблок | 100 | 0,91 | 5,18 | 7,15 | 80,4 | 9 |
| | Курица в соусе томатном | 100 | 23,92 | 12,56 | 2,51 | 219 | 405 |
| | Напиток из замороженных ягод, | 200 | 0,64 | 0,18 | 12,20 | 100,6 | 520/1 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,5 | 108 |
| | Каша пшенная рассыпчатая | 180 | 8,19 | 7,85 | 46,84 | 291,02 | 241 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 630 | 37,46 | 26,17 | 93,30 | 808,52 | |
| УЖИН 2 | Йогурт | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | 517 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 10,00 | 6,40 | 17,00 | 174 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2950 | 157,99 | 124,98 | 427,64 | 3653,09 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2950 | 157,99 | 124,98 | 427,64 | 3653,09 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2950 | 157,99 | 124,98 | 427,64 | 3653,09 | |