

Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9c4ad63eece5f6fe83f8fa25f353cb54b
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 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная жидкая | 160 | 5,71 | 6,14 | 26,48 | 183,97 | 262 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,8 | 100 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 405 | 16,72 | 19,57 | 69,54 | 519 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ОБЕД | Салат из моркови с зеленым горошком | 50 | 2,22 | 5,12 | 6,25 | 79,27 | 61 |
| | Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне | 180/10 | 4,97 | 7,24 | 8,17 | 117,65 | 128 |
| | Макаронные изделия отварные | 130 | 5,06 | 3,73 | 30,84 | 176,92 | 291 |
| | Курица в соусе томатном | 70 | 16,74 | 8,79 | 1,76 | 153,3 | 405 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 109 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,13 | 0,00 | 17,41 | 65,75 | 508 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 670 | 33,28 | 25,52 | 87,63 | 709,49 | |
| ПОЛДНИК | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | 112 |
| | Ватрушки с творожным, сладким фаршем | 60 | 7,63 | 4,93 | 27,67 | 200,29 | 541 |
| | Напиток с витаминами "Витошка" | 180 | 0,00 | 0,00 | 17,46 | 293,4 | 617 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 340 | 8,43 | 5,13 | 52,63 | 531,69 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 180 | 0,74 | 0,14 | 23,58 | 99 | 518 |
| | Азу | 200 | 16,10 | 19,54 | 18,18 | 313,24 | 364 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 108 |
| | Винегрет овощной | 50 | 3,98 | 2,74 | 11,64 | 85,15 | 76 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 450 | 22,34 | 22,58 | 63,24 | 544,39 | |
| УЖИН 2 | Кисломолочный напиток (снежок) | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | 0000 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2265 | 92,17 | 79,80 | 302,64 | 2542,57 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2265 | 92,17 | 79,80 | 302,64 | 2542,57 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2265 | 92,17 | 79,80 | 302,64 | 2542,57 | |

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 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная жидкая | 200 | 7,14 | 7,68 | 33,10 | 229,96 | 262 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | 100 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 22,41 | 28,08 | 89,01 | 696,44 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ОБЕД | Салат из моркови с зеленым горошком | 70 | 3,11 | 7,17 | 8,75 | 110,98 | 61 |
| | Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне | 200/14 | 5,52 | 8,04 | 9,08 | 130,72 | 128 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,84 | 4,30 | 35,58 | 204,13 | 291 |
| | Курица в соусе томатном | 90 | 21,53 | 11,30 | 2,26 | 197,1 | 405 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,4 | 109 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,14 | 0,00 | 19,34 | 73,06 | 508 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 810 | 43,14 | 31,85 | 114,73 | 914,39 | |
| ПОЛДНИК | Плоды свежие (мандарин) | 200 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76 | 112 |
| | Ватрушки с творожным, сладким фаршем | 60 | 7,63 | 4,93 | 27,67 | 200,29 | 541 |
| | Напиток с витаминами "Витошка" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | 617 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 460 | 9,23 | 5,33 | 62,07 | 602,29 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Азу | 200 | 16,10 | 19,54 | 18,18 | 313,24 | 364 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 108 |
| | Винегрет овощной | 70 | 5,57 | 3,84 | 16,29 | 119,21 | 76 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 510 | 25,53 | 23,86 | 80,35 | 636,45 | |
| УЖИН 2 | Кисломолочный напиток (снежок) | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | 0000 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2680 | 111,71 | 96,12 | 375,76 | 3087,57 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2680 | 111,71 | 96,12 | 375,76 | 3087,57 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2680 | 111,71 | 96,12 | 375,76 | 3087,57 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|---|-------------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная жидкая | 230 | 8,21 | 8,83 | 38,06 | 264,45 | 262 |
| | Сыр сычужный твердый порциями | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | 100 |
| | 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 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 24,98 | 29,81 | 104,25 | 783,33 | |
| ЗАВТРАК 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ОБЕД | Салат из моркови с зеленым горошком | 100 | 4,45 | 10,24 | 12,50 | 158,54 | 61 |
| | Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне | 250/15 | 6,90 | 10,05 | 11,35 | 163,4 | 128 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 7,00 | 5,17 | 42,70 | 244,96 | 291 |
| | Курица в соусе томатном | 100 | 23,92 | 12,56 | 2,51 | 219 | 405 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,5 | 108 |
| | Хлеб ржаной | 100 | 6,60 | 1,20 | 33,40 | 174 | 109 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,14 | 0,00 | 19,34 | 73,06 | 508 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 980 | 52,81 | 39,62 | 146,40 | 1150,46 | |
| ПОЛДНИК | Плоды свежие (мандарин) | 200 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76 | 112 |
| | Ватрушки с творожным, сладким фаршем | 60 | 7,63 | 4,93 | 27,67 | 200,29 | 541 |
| | Напиток с витаминами "Витошка" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | 617 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 460 | 9,23 | 5,33 | 62,07 | 602,29 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Азу | 250 | 20,13 | 24,43 | 22,73 | 391,55 | 364 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,5 | 108 |
| | Винегрет овощной | 100 | 7,96 | 5,49 | 23,27 | 170,3 | 76 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 600 | 32,71 | 30,48 | 96,80 | 789,35 | |
| УЖИН 2 | Кисломолочный напиток (снежок) | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | 0000 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 5,40 | 5,00 | 21,60 | 158 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2990 | 131,13 | 112,24 | 439,12 | 3563,43 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2990 | 131,13 | 112,24 | 439,12 | 3563,43 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2990 | 131,13 | 112,24 | 439,12 | 3563,43 | |