

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 7							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,26	3,53	13,86	98,82	501
	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
	Каша молочная "Янтарная" (из пшена с яблоками)	160	6,74	7,63	31,46	221,81	269
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		405	17,70	21,30	65,97	526,53	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,80	0,20	7,50	38	
ОБЕД	Рагу из птицы	180	17,14	12,96	13,25	238,79	407
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	180/10	4,86	6,89	5,45	103,79	142
	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,43	2,56	1,30	30,82	21
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	27,33	23,19	66,78	589	
ПОЛДНИК	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,8	481
	Напиток из замороженных ягод,	180	0,58	0,16	10,98	90,54	520/1
	Пудинг творожный запеченный	150	19,97	12,49	18,49	350,97	319
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	21,27	13,50	35,02	474,31	
УЖИН	Гуляш из говядины (2-й вариант)	80/40/40	12,50	11,86	2,86	168,08	368
	Кисель	180	0,02	0,00	8,95	33,66	503
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Салат из моркови и яблок	50	0,46	2,59	3,58	40,2	9
	Каша гречневая вязкая	130	3,54	4,98	18,02	134,62	248
ИТОГО ЗА УЖИН		460	18,04	19,59	43,25	423,56	
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:		2155	95,14	84,18	235,52	2225,4	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2155	95,14	84,18	235,52	2225,4	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2155	95,14	84,18	235,52	2225,4	

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 7							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,62	3,92	15,40	109,8	501
	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
	Каша молочная "Янтарная" (из пшена с яблоками)	200	8,42	9,54	39,32	277,26	269
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	23,63	30,20	85,73	710,06	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (мандарин)	200	1,60	0,40	15,00	76	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	1,60	0,40	15,00	76	
ОБЕД	Рагу из птицы	200	19,04	14,40	14,72	265,32	407
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	200/14	5,40	7,66	6,06	115,32	142
	Салат из соленых огурцов с луком	70	0,60	3,58	1,83	43,14	21
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	32,86	26,84	88,53	732,18	
ПОЛДНИК	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	481
	Напиток из замороженных ягод,	200	0,64	0,18	12,20	100,6	520/1
	Пудинг творожный запеченный	180	23,96	14,99	22,19	421,16	319
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	26,04	16,87	45,49	587,36	
УЖИН	Гуляш из говядины (2-й вариант)	100/50/50	15,63	14,82	3,57	210,1	368
	Кисель	200	0,02	0,00	9,94	37,4	503
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Салат из моркови и яблок	70	0,64	3,63	5,01	56,28	9
	Каша гречневая вязкая	150	4,08	5,74	20,79	155,33	248
ИТОГО ЗА УЖИН		560	23,41	24,51	58,99	553,11	
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:		2630	117,54	105,22	310,74	2832,71	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2630	117,54	105,22	310,74	2832,71	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2630	117,54	105,22	310,74	2832,71	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,62	3,92	15,40	109,8	501
	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
	Каша молочная "Янтарная" (из пшена с яблоками)	230	9,68	10,97	45,22	318,85	269
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	26,39	32,21	101,91	804,05	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие (мандарин)	200	1,60	0,40	15,00	76	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	1,60	0,40	15,00	76	
ОБЕД	Рагу из птицы	250	23,80	18,00	18,40	331,65	407
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	250/15	6,75	9,57	7,57	144,15	142
	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	61,63	21
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	42,63	34,44	112,78	938,93	
ПОЛДНИК	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	481
	Напиток из замороженных ягод,	200	0,64	0,18	12,20	100,6	520/1
	Пудинг творожный запеченный	200	26,62	16,66	24,66	467,96	319
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		420	28,70	18,54	47,96	634,16	
УЖИН	Гуляш из говядины (2-й вариант)	120/60/60	18,76	17,78	4,28	252,12	368
	Кисель	200	0,02	0,00	9,94	37,4	503
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Салат из моркови и яблок	100	0,91	5,18	7,15	80,4	9
	Каша гречневая вязкая	180	4,90	6,89	24,95	186,39	248
ИТОГО ЗА УЖИН		650	28,39	30,25	70,92	673,81	
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:		2970	137,71	122,24	365,57	3300,95	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2970	137,71	122,24	365,57	3300,95	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2970	137,71	122,24	365,57	3300,95	