

Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9e4ad63ecec5f6fe83f8fa25f353cb54b
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 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная жидкая | 160 | 4,53 | 5,73 | 26,72 | 176,29 | 268 |
| | 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 |
| | Яйца вареные | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,8 | 300 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 425 | 15,98 | 17,86 | 70,06 | 501,32 | |
| ЗАВТРАК 2 | Напиток с витаминами "Витошка" | 180 | 0,00 | 0,00 | 17,46 | 293,4 | 617 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 180 | 0,00 | 0,00 | 17,46 | 293,4 | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 50 | 0,80 | 1,08 | 7,61 | 42,26 | 52 |
| | Суп картофельный с фрикадельками (мясными) | 180/25 | 5,26 | 5,49 | 9,70 | 109,31 | 149 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 130 | 5,92 | 5,67 | 33,83 | 210,18 | 241 |
| | Котлеты из говядины | 70 | 11,22 | 10,77 | 1,53 | 147,78 | 380 |
| | 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 |
| | Соус красный основной | 20 | 0,15 | 0,39 | 1,39 | 9,51 | 456 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 690 | 27,64 | 24,04 | 94,67 | 701,39 | |
| ПОЛДНИК | Фрукты свежие (бананы) | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 | 112 |
| | Булочка домашняя | 50 | 3,89 | 2,11 | 27,61 | 143,82 | 564 |
| | Молоко кипяченое | 180 | 5,22 | 5,76 | 8,46 | 108 | 515 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 330 | 10,61 | 8,37 | 57,07 | 347,82 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 180 | 0,74 | 0,14 | 23,58 | 99 | 518 |
| | Котлеты рыбные любительские | 70 | 9,99 | 3,70 | 7,99 | 105,35 | 346 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 108 |
| | Картофельное пюре | 130 | 2,21 | 4,54 | 13,83 | 105,35 | 429 |
| | Овощи натуральные соленые (огурцы) | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 6,5 | 107 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 450 | 14,86 | 8,59 | 56,09 | 363,2 | |
| УЖИН 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2275 | 75,09 | 60,86 | 303,35 | 2287,13 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2275 | 75,09 | 60,86 | 303,35 | 2287,13 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2275 | 75,09 | 60,86 | 303,35 | 2287,13 | |

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 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 5,66 | 7,16 | 33,40 | 220,36 | 268 |
| | 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 |
| | Яйца вареные | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,8 | 300 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 510 | 19,05 | 23,31 | 89,59 | 640,44 | |
| ЗАВТРАК 2 | Напиток с витаминами "Витошка" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | 617 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 70 | 1,11 | 1,51 | 10,65 | 59,17 | 52 |
| | Суп картофельный с фрикадельками (мясными) | 200/25 | 5,84 | 6,10 | 10,78 | 121,46 | 149 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 150 | 6,83 | 6,54 | 39,03 | 242,52 | 241 |
| | Котлеты из говядины | 90 | 14,43 | 13,84 | 1,97 | 190 | 380 |
| | 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 |
| | Соус красный основной | 30 | 0,22 | 0,58 | 2,08 | 14,27 | 456 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 840 | 35,57 | 29,61 | 123,57 | 898,88 | |
| ПОЛДНИК | Фрукты свежие (бананы) | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192 | 112 |
| | Булочка домашняя | 50 | 3,89 | 2,11 | 27,61 | 143,82 | 564 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120 | 515 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 450 | 12,69 | 9,51 | 79,01 | 455,82 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Котлеты рыбные любительские | 90 | 12,84 | 4,76 | 10,28 | 135,45 | 346 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | 108 |
| | Картофельное пюре | 150 | 2,55 | 5,24 | 15,96 | 121,56 | 429 |
| | Овощи натуральные соленые (огурцы) | 70 | 0,56 | 0,07 | 1,19 | 9,1 | 107 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 550 | 19,81 | 10,55 | 73,31 | 470,11 | |
| УЖИН 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2750 | 93,12 | 74,98 | 392,88 | 2871,25 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2750 | 93,12 | 74,98 | 392,88 | 2871,25 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2750 | 93,12 | 74,98 | 392,88 | 2871,25 | |

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная жидкая | 230 | 6,51 | 8,23 | 38,41 | 253,41 | 268 |
| | 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 |
| | Яйца вареные | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,8 | 300 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 560 | 21,40 | 24,96 | 104,88 | 725,89 | |
| ЗАВТРАК 2 | Напиток с витаминами "Витошка" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | 617 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 326 | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 100 | 1,59 | 2,15 | 15,22 | 84,53 | 52 |
| | Суп картофельный с фрикадельками (мясными) | 250/25 | 7,30 | 7,62 | 13,47 | 151,82 | 149 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 180 | 8,19 | 7,85 | 46,84 | 291,02 | 241 |
| | Котлеты из говядины | 100 | 16,03 | 15,38 | 2,19 | 211,11 | 380 |
| | 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 |
| | Соус красный основной | 30 | 0,22 | 0,58 | 2,08 | 14,27 | 456 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1010 | 43,87 | 35,18 | 157,14 | 1117,31 | |
| ПОЛДНИК | Плоды свежие (бананы) | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192 | 112 |
| | Булочка домашняя | 50 | 3,89 | 2,11 | 27,61 | 143,82 | 564 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120 | 515 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 450 | 12,69 | 9,51 | 79,01 | 455,82 | |
| УЖИН | Сок фруктовый | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 518 |
| | Котлеты рыбные любительские | 100 | 14,27 | 5,29 | 11,42 | 150,5 | 346 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,5 | 108 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,06 | 6,28 | 19,15 | 145,87 | 429 |
| | Овощи натуральные соленые (огурцы) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 13 | 107 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 630 | 22,75 | 12,23 | 83,07 | 536,87 | |
| УЖИН 2 | Кефир | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | 516 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,00 | 80 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 3050 | 106,71 | 83,88 | 451,50 | 3241,89 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 3050 | 106,71 | 83,88 | 451,50 | 3241,89 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 3050 | 106,71 | 83,88 | 451,50 | 3241,89 | |