

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Аллергогруппа (сад)								
9 Апрель 2024 г.								
Завтрак	Алл. КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде)	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	ЧАЙ С САХАРОМ	180,00	0,00	0,00	13,54	54,11	0,00	Пермь 2012. № 505
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	30,00	0,00	0,00	0,00	12,86	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 0
	Итого	400,00	11,40	5,31	76,55	292,56	0,68	
Второй завтрак	ЯБЛОКО порц.	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00	Пермь 2012. № 2012
	Итого	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00	
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ ЛУКА	50,00	0,63	5,10	3,67	63,48	0,82	Пермь 2012. № 90
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180,00	8,87	3,64	15,19	141,98	28,42	Пермь 2012. № 165
	алл. ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	80,00	12,00	11,04	5,60	166,40	2,14	Пермь 2012. № 400
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130,00	2,74	4,45	42,90	102,00	0,00	Пермь 2012. № 435
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	670,00	28,97	24,95	108,14	657,06	31,38	
Уплотненный полдник	алл. СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150,00	5,07	3,68	16,00	144,46	5,38	Пермь 2012. № 194
	Алл. СОУС ТОМАТНЫЙ	50,00	0,72	3,91	2,87	48,68	0,00	Пермь 2012. № 465
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	420,00	13,99	12,29	79,97	360,34	5,38	
Итого		1 590,00	54,76	42,95	275,06	1 354,96	47,44	
Сад 12 часов								
9 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	180,00	2,06	2,40	23,50	124,52	0,25	Пермь 2012. № 512
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10,00	0,00	0,00	0,00	4,29	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 0
	Итого	380,00	13,46	7,71	86,52	354,41	0,93	
Второй завтрак	МОЛОКО	180,00	2,70	2,25	4,23	47,70	0,00	Пермь 2004. № 0
	Итого	180,00	2,70	2,25	4,23	47,70	0,00	
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ ЛУКА	50,00	0,63	5,10	3,67	63,48	0,82	Пермь 2012. № 90
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180,00	8,87	3,64	15,19	141,98	28,42	Пермь 2012. № 165
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	70,00	10,50	9,66	4,90	145,60	1,87	Пермь 2012. № 400
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130,00	2,74	4,45	42,90	102,00	0,00	Пермь 2012. № 435
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 398
	РЫБНЫЙ ЖИР	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47,00	3,85	0,42	17,69	85,07	0,00	Спб 2008. № 0
Уплотненный полдник	Итого	665,00	27,23	23,54	106,31	630,83	31,11	
	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150,00	5,07	3,68	16,00	144,46	5,38	Пермь 2012. № 194
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50,00	0,73	1,92	3,06	38,28	0,04	Пермь 2004. № 226
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	ЯБЛОКО порц.	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00	Пермь 2012. № 2012
	Итого	520,00	14,40	10,70	90,56	394,94	15,42	
Итого		1 745,00	57,79	44,21	287,61	1 427,87	47,46	
Ясли 12 часов								
9 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130,00	2,94	3,74	12,06	93,95	0,59	Пермь 2012. № 281
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150,00	1,72	2,00	19,58	103,77	0,21	Пермь 2012. № 512
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	7,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 0
	Итого	317,00	10,66	6,49	68,47	288,62	0,80	
Второй завтрак	МОЛОКО	150,00	2,25	1,88	3,53	39,75	0,00	Пермь 2004. № 0
	Итого	150,00	2,25	1,88	3,53	39,75	0,00	
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ БЕЗ ЛУКА	30,00	0,38	3,06	2,20	38,09	0,49	Пермь 2012. № 90
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150,00	7,40	3,03	12,66	118,32	23,69	Пермь 2012. № 165
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	50,00	7,50	6,90	3,50	104,00	1,34	Пермь 2012. № 400
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110,00	2,32	3,77	36,30	86,31	0,00	Пермь 2012. № 435
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150,00	0,53	0,23	18,30	77,25	0,00	Могильный, Тутьелян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	3,28	0,36	15,06	72,40	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	530,00	21,40	17,34	88,02	496,36	25,51	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	130,00	4,39	3,19	13,87	125,20	4,66	Пермь 2012. № 194
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30,00	0,44	1,15	1,84	22,97	0,02	Пермь 2004. № 226
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150,00	0,17	3,08	10,00	41,67	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	ЯБЛОКО порц.	95,00	0,38	0,38	9,88	42,75	9,50	Пермь 2012. № 2012
Итого		435,00	11,38	8,56	72,41	320,48	14,19	
Итого		1 432,00	45,69	34,26	232,42	1 145,21	40,50	