

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Аллергогруппа (сад)								
12 Апрель 2024 г.								
Завтрак	Апп. КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (на воде)	150,00	5,56	5,44	27,29	182,79	1,03	Пермь 2012. № 279
	КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА	180,00	0,30	0,00	20,39	82,78	0,00	Пермь 2012. № 526
	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, Тугельян 2012. № 0
	Итого	400,00	13,86	6,44	96,78	395,63	1,03	
Второй завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	Могильный, Тугельян 2011. № 5
	Итого	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50,00	0,86	2,55	4,66	45,28	4,23	Пермь 2012. № 60
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180,00	0,91	1,07	7,15	42,01	4,31	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	150,00	16,37	12,75	23,00	271,67	0,00	Пермь 2012. № 380
	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180,00	0,56	0,00	27,89	113,79	0,00	Пермь.2021. № 0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	СПб 2008. № 0
	Итого	610,00	22,79	16,82	81,51	563,24	8,54	
Уплотненный полдник	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	0,50	12,70	11,50	0,70	157,00	0,00	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150,00	2,57	10,87	12,64	161,77	10,00	Москва 2006. № 78
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	СПб 2008. № 0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180,00	0,00	0,00	13,54	54,11	0,00	Пермь 2012. № 505
	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	70,00	4,24	4,95	25,55	163,47	0,00	Пермь 2012. № 557
Итого	440,50	27,51	28,32	101,53	653,55	10,00		
Итого	1 630,50	64,15	51,57	299,98	1 693,42	19,57		
Сад 12 часов								
12 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150,00	5,56	5,44	27,29	182,79	1,03	Пермь 2012. № 279
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180,00	2,43	0,04	17,82	81,50	0,90	Пермь 2013. № 514
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	СПб 2008. № 0
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5,00	0,04	3,62	0,06	33,05	0,00	Пермь 2012. № 119
	Итого	375,00	16,03	10,10	94,27	414,54	1,93	
Второй завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	Могильный, Тугельян 2011. № 5
	Итого	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50,00	0,86	2,55	4,66	45,28	4,23	Пермь 2012. № 60
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180,00	0,91	1,07	7,15	42,01	4,31	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	150,00	16,37	12,75	23,00	271,67	0,00	Пермь 2012. № 380
	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180,00	0,56	0,00	27,89	113,79	0,00	Пермь.2021. № 0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	СПб 2008. № 0
	Итого	618,00	22,79	16,82	81,51	563,24	8,54	
Уплотненный полдник	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	0,50	12,70	11,50	0,70	157,00	0,00	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150,00	2,57	10,87	12,64	161,77	10,00	Москва 2006. № 78
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	СПб 2008. № 0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180,00	1,31	1,13	15,70	78,41	0,59	Пермь 2012. № 507
	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	70,00	4,24	4,95	25,55	163,47	0,00	Пермь 2012. № 557
Итого	440,50	28,81	29,44	103,69	677,85	10,59		
Итого	1 613,50	67,63	56,35	299,63	1 736,64	21,05		
Ясли 12 часов								
12 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130,00	4,82	4,71	23,65	158,42	0,89	Пермь 2012. № 279
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150,00	2,03	0,03	14,85	67,92	0,75	Пермь 2013. № 514
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	СПб 2008. № 0
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	4,00	0,03	2,90	0,05	26,44	0,00	Пермь 2012. № 119
	Итого	314,00	12,88	8,39	75,37	340,68	1,64	
Второй завтрак	СОК 0.2	150,00	0,75	0,15	17,25	69,00	3,00	Могильный, Тугельян 2011. № 5
	Итого	150,00	0,75	0,15	17,25	69,00	3,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30,00	0,51	1,53	2,79	27,17	2,54	Пермь 2012. № 60
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150,00	0,76	0,89	5,95	35,01	3,59	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	130,00	14,18	11,05	19,93	235,44	0,00	Пермь 2012. № 380
	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150,00	0,47	0,00	23,24	94,83	0,00	Пермь.2021. № 0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	3,28	0,36	15,06	72,40	0,00	СПб 2008. № 0
	Итого	500,00	19,20	13,83	66,98	464,84	6,13	
Уплотненный полдник	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	0,25	6,35	5,75	0,35	78,50	0,00	Могильный, Тугельян 2012. № 0
	РАГУ ОВОЩНОЕ	130,00	2,23	9,42	10,95	140,20	8,67	Москва 2006. № 78
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	СПб 2008. № 0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150,00	1,09	0,94	13,08	65,34	0,49	Пермь 2012. № 507
	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	60,00	3,63	4,24	21,90	140,12	0,00	Пермь 2012. № 557
Итого	370,25	19,29	21,10	83,11	512,06	9,15		
Итого	1 334,25	52,12	43,47	242,71	1 386,58	19,92		