

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Аллергогруппа (сад) 2 Апрель 2024 г.								
Завтрак	Алл. КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде)	150,00	7,22	8,90	31,48	236,07	1,29	Пермь 2013. № 282
	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, Тутьянян 2012. № 0
	Итого	400,00	15,22	9,90	94,12	420,24	1,29	
Второй завтрак	БАНАН	100,00	1,50	0,10	21,80	89,00	10,00	Спб 2008. № 0
	Итого	100,00	1,50	0,10	21,80	89,00	10,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	50,00	0,72	5,50	3,65	63,30	8,50	Пермь 2012. № 63
	алл. ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без сметаны)	180,00	1,13	3,16	4,67	60,47	12,08	Пермь 2012. № 15
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150,00	15,17	15,56	11,70	247,53	5,34	Пермь 2012. № 379
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьянян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	610,00	21,75	24,94	60,80	554,50	25,92	
Уплотненный полдник	алл. КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80,00	11,00	3,58	8,90	112,00	0,00	Могильный, Тутьянян 2011. № 256
	Алл. СОУС ТОМАТНЫЙ	50,00	0,72	3,91	2,87	48,68	0,00	Пермь 2012. № 468
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130,00	2,39	6,21	14,23	112,26	0,00	Пермь 2012. № 435
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180,00	0,14	0,00	34,84	139,89	0,00	Пермь 2011. № 0
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	480,00	22,25	14,70	109,94	530,03	0,00	
Итого		1 590,00	60,72	49,64	286,66	1 593,77	37,21	
Сад 12 часов 2 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150,00	7,22	8,90	31,48	236,07	1,29	Пермь 2013. № 282
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180,00	1,31	1,13	15,70	78,41	0,59	Пермь 2012. № 507
	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, Тутьянян 2012. № 0
	Итого	380,00	16,53	11,03	96,28	435,96	1,88	
Второй завтрак	БАНАН	110,00	1,65	0,11	23,98	97,90	11,00	Спб 2008. № 0
	Итого	110,00	1,65	0,11	23,98	97,90	11,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	50,00	0,72	5,50	3,65	63,30	8,50	Пермь 2012. № 63
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (чеснок)	180,00	1,13	3,16	4,67	60,47	12,08	Пермь 2012. № 156
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150,00	15,17	15,56	11,70	247,53	5,34	Пермь 2012. № 379
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьянян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	618,00	21,75	24,94	60,80	554,50	25,92	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150,00	12,65	9,99	13,29	198,33	3,58	Могильный, Тутьянян 2012. № 584
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50,00	1,30	3,54	7,87	60,60	0,24	Пермь 2012. № 452
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180,00	0,14	0,00	34,84	139,89	0,00	Пермь 2011. № 0
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	420,00	22,08	14,53	105,10	516,02	3,82	
Итого		1 528,00	62,01	50,60	286,16	1 604,39	42,61	
Ясли 12 часов 2 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130,00	6,26	7,71	27,28	204,59	1,12	Пермь 2013. № 282
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150,00	1,09	0,94	13,08	65,34	0,49	Пермь 2012. № 507
	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, Тутьянян 2012. № 0
	Итого	317,00	13,34	9,40	77,19	360,83	1,61	
Второй завтрак	БАНАН	100,00	1,50	0,10	21,80	89,00	10,00	Спб 2008. № 0
	Итого	100,00	1,50	0,10	21,80	89,00	10,00	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	30,00	0,43	3,30	2,19	37,98	5,10	Пермь 2012. № 63
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150,00	0,95	2,63	3,89	50,39	10,07	Пермь 2012. № 156
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130,00	13,14	13,48	10,14	214,53	4,63	Пермь 2012. № 379
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150,00	0,53	0,23	18,30	77,25	0,00	Могильный, Тутьянян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	3,28	0,36	15,06	72,40	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	500,00	18,33	20,00	49,58	452,55	19,79	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130,00	10,96	8,66	11,52	171,89	3,10	Могильный, Тутьянян 2012. № 584
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30,00	0,78	2,12	4,72	36,36	0,14	Пермь 2012. № 452
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150,00	0,11	0,00	29,03	116,57	0,00	Пермь 2011. № 0
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	340,00	17,85	11,53	82,10	412,72	3,24	
Итого		1 257,00	51,02	41,04	230,67	1 315,11	34,64	