

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Аллергогруппа (сад) 3 Апрель 2024 г.								
Завтрак	Алл. КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде)	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	алл. ЧАЙ С ПОВИДЛОМ	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
	ПЕЧЕНЬЕ	30,00	2,30	2,90	22,30	125,10	0,00	Пермь 2011. № 0
	Итого	400,00	13,70	8,21	98,85	404,81	0,68	
Второй завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2011. № 5
	Итого	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	50,00	0,70	3,77	3,16	59,47	3,15	Пермь 2012. № 133
	алл. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (м.р.)	180,00	7,03	6,38	9,11	136,40	11,30	Пермь 2012. № 163
	алл. ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (соус белый основной)	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2012. № 411
	алл. РИС ОТВАРНОЙ	130,00	3,23	5,28	32,59	195,60	0,00	Пермь 2012. № 424
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180,00	0,33	0,00	22,66	91,98	0,00	Пермь 2004. № 157
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	670,00	15,39	15,88	86,33	573,95	14,45	
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150,00	2,57	10,87	12,64	161,77	10,00	Москва 2006. № 78
Уплотненный полдник	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	чай с лимоном	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70,00	3,77	1,42	43,69	201,50	0,00	Пермь 2004. № 289
	ЯБЛОКО	100,00	0,40	0,40	9,80	42,00	10,00	Спб 2008. № 2008
	Итого	540,00	14,94	17,39	127,23	572,47	20,00	
Итого		1 790,00	44,03	41,48	332,58	1 632,23	35,12	
Сад 12 часов 3 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	КАКАО С МОЛОКОМ	180,00	2,35	0,41	23,36	106,46	0,59	Пермь 2012. № 508
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	ПЕЧЕНЬЕ	30,00	2,30	2,90	22,30	125,10	0,00	Пермь 2011. № 0
	Итого	400,00	16,05	8,62	108,67	457,16	1,26	
Второй завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2011. № 5
	Итого	180,00	0,00	0,00	20,16	81,00	0,00	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	50,00	0,70	3,77	3,16	59,47	3,15	Пермь 2012. № 133
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180,00	7,03	6,38	9,11	136,40	11,30	Пермь 2012. № 163
	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	80,00	10,64	9,73	3,93	145,87	10,17	Пермь 2012. № 408
	РИС ОТВАРНОЙ	130,00	3,23	5,28	32,59	195,60	0,00	Пермь 2012. № 424
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180,00	0,33	0,00	22,66	91,98	0,00	Пермь 2004. № 157
	РЫБНЫЙ ЖИР	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	678,00	26,03	25,61	90,26	719,82	24,62	
Уплотненный полдник	РАГУ ОВОЩНОЕ	150,00	2,57	10,87	12,64	161,77	10,00	Москва 2006. № 78
	БАТОН	39,00	7,80	0,98	47,87	114,27	0,00	Спб 2008. № 0
	чай с лимоном	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70,00	3,77	1,42	43,69	201,50	0,00	Пермь 2004. № 289
	ЯБЛОКО	100,00	0,40	0,40	9,80	42,00	10,00	Спб 2008. № 2008
	Итого	539,00	14,74	17,37	126,00	569,54	20,00	
Итого		1 797,00	56,82	51,59	345,10	1 827,52	45,88	
Ясли 12 часов 3 Апрель 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130,00	2,94	3,74	12,06	93,95	0,59	Пермь 2012. № 281
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	КАКАО С МОЛОКОМ	150,00	1,96	0,34	19,46	88,72	0,49	Пермь 2012. № 508
	ПЕЧЕНЬЕ	10,00	0,77	0,97	7,43	41,70	0,00	Пермь 2011. № 0
	Итого	320,00	11,67	5,79	75,78	312,26	1,08	
Второй завтрак	СОК 0.2	150,00	0,75	0,15	17,25	69,00	3,00	Могильный, Тутьелян 2011. № 5
	Итого	150,00	0,75	0,15	17,25	69,00	3,00	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	30,00	0,42	2,26	1,89	35,68	1,89	Пермь 2012. № 133
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150,00	5,86	5,32	7,59	113,67	9,41	Пермь 2012. № 163
	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	60,00	7,98	7,30	2,95	109,40	7,63	Пермь 2012. № 408
	РИС ОТВАРНОЙ	110,00	2,73	4,47	27,58	165,51	0,00	Пермь 2012. № 424
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150,00	0,27	0,00	18,88	76,65	0,00	Пермь 2004. № 157
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	3,28	0,36	15,06	72,40	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	540,00	20,55	19,70	73,95	573,31	18,93	
Уплотненный полдник	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 лимоном	150,00	0,17	3,08	10,00	41,67	0,00	Могильный, Тутьелян 2015. № 393
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60,00	3,23	1,22	37,45	172,71	0,00	Пермь 2004. № 289
	ЯБЛОКО	95,00	0,38	0,38	9,31	39,90	9,50	Спб 2008. № 2008
	Итого	465,00	12,01	14,85	104,54	482,38	18,17	
Итого		1 475,00	44,97	40,49	271,52	1 436,96	41,17	