

Меню для родителей

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С |
|----------------------------|--|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| Аллергогруппа (сад) | | | | | | | |
| 27 Май 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде) | 150,00 | 7,22 | 8,90 | 31,48 | 236,07 | 1,29 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 1,00 | 25,40 | 23,00 | 1,40 | 314,00 | 0,00 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180,00 | 0,20 | 3,70 | 12,00 | 50,00 | 0,00 |
| | БАТОН | 40,00 | 8,00 | 1,00 | 49,10 | 117,20 | 0,00 |
| | Итого | 371,00 | 40,82 | 36,60 | 93,98 | 717,27 | 1,29 |
| Второй завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 20,16 | 81,00 | 0,00 |
| | Итого | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 20,16 | 81,00 | 0,00 |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 2,50 | 10,00 | 0,00 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180,00 | 4,61 | 4,25 | 14,54 | 115,42 | 4,75 |
| | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 80,00 | 8,33 | 9,55 | 3,92 | 135,05 | 1,15 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130,00 | 7,41 | 6,49 | 6,39 | 223,38 | 0,00 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180,00 | 0,30 | 0,00 | 20,39 | 82,78 | 0,00 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50,00 | 4,10 | 0,45 | 18,82 | 90,50 | 0,00 |
| | Итого | 670,00 | 24,75 | 20,74 | 66,57 | 657,13 | 5,91 |
| Уплотненный полдник | РЫБА ОТВАРНАЯ | 70,00 | 4,26 | 0,51 | 0,42 | 56,56 | 0,00 |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130,00 | 2,39 | 6,21 | 14,23 | 112,26 | 0,00 |
| | БАТОН | 40,00 | 8,00 | 1,00 | 49,10 | 117,20 | 0,00 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,54 | 54,11 | 0,00 |
| | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60,00 | 4,55 | 8,04 | 38,10 | 242,93 | 0,00 |
| | Итого | 480,00 | 19,20 | 15,76 | 115,39 | 583,05 | 0,00 |
| Итого | | 1 701,00 | 84,77 | 73,10 | 296,09 | 2 038,45 | 7,20 |
| Сад 12 часов | | | | | | | |
| 27 Май 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150,00 | 7,22 | 8,90 | 31,48 | 236,07 | 1,29 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180,00 | 1,31 | 1,13 | 15,70 | 78,41 | 0,00 |
| | БАТОН | 40,00 | 2,70 | 0,94 | 18,45 | 93,20 | 0,00 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ | 5,00 | 0,04 | 3,62 | 0,06 | 33,05 | 0,00 |
| | Итого | 375,00 | 11,27 | 14,59 | 65,69 | 440,73 | 1,29 |
| Второй завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180,00 | 0,45 | 0,09 | 9,09 | 38,70 | 1,80 |
| | Итого | 180,00 | 0,45 | 0,09 | 9,09 | 38,70 | 1,80 |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 70,00 | 7,29 | 8,39 | 3,43 | 118,17 | 1,01 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130,00 | 7,41 | 6,49 | 6,39 | 223,38 | 0,00 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180,00 | 0,30 | 0,00 | 20,39 | 82,78 | 0,00 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50,00 | 2,93 | 0,46 | 18,82 | 90,50 | 0,00 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180,00 | 4,61 | 4,25 | 14,54 | 115,42 | 4,75 |
| | Итого | 660,00 | 22,54 | 19,58 | 63,58 | 630,25 | 5,76 |

| | | | | | | | |
|---|--|--------------------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|-------------|
| Уплотненный полдник | РЫБА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 70,00 | 6,80 | 3,97 | 2,22 | 72,45 | 1,44 |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130,00 | 2,39 | 6,21 | 14,23 | 112,26 | 0,00 |
| | БАТОН | 40,00 | 2,70 | 0,94 | 18,45 | 93,20 | 0,00 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,54 | 54,00 | 0,00 |
| | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60,00 | 4,55 | 8,04 | 38,10 | 242,93 | 0,00 |
| | Итого | 480,00 | 16,44 | 19,16 | 86,54 | 574,84 | 1,44 |
| Итого | 1 695,00 | 50,69 | 53,42 | 224,89 | 1 684,51 | 10,29 | |
| Если 12 часов 27 Май 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ | 130,00 | 6,26 | 7,71 | 27,28 | 204,59 | 1,12 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150,00 | 1,09 | 0,94 | 13,08 | 65,34 | 0,00 |
| | БАТОН | 30,00 | 2,03 | 0,71 | 13,84 | 69,90 | 0,00 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 | 0,00 |
| | Итого | 314,00 | 9,40 | 12,25 | 54,25 | 366,27 | 1,12 |
| | Второй завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 |
| Итого | | 150,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Обед | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 50,00 | 5,21 | 5,99 | 2,45 | 84,41 | 0,72 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110,00 | 6,27 | 5,49 | 5,41 | 189,01 | 0,00 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150,00 | 0,25 | 0,00 | 17,00 | 68,99 | 0,00 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40,00 | 2,34 | 0,36 | 15,06 | 72,40 | 0,00 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150,00 | 3,84 | 3,54 | 12,12 | 96,18 | 3,96 |
| | Итого | 530,00 | 17,91 | 15,39 | 52,03 | 510,99 | 4,68 |
| | Уплотненный полдник | РЫБА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 50,00 | 4,86 | 2,84 | 1,59 | 51,75 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | 110,00 | 2,02 | 5,25 | 12,04 | 94,99 | 0,00 |
| БАТОН | | 30,00 | 2,03 | 0,71 | 13,84 | 69,90 | 0,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 150,00 | 0,00 | 0,00 | 11,28 | 45,00 | 0,00 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | | 50,00 | 3,79 | 6,70 | 31,75 | 202,44 | 0,00 |
| Итого | | 390,00 | 12,69 | 15,50 | 70,49 | 464,08 | 1,03 |
| Итого | 1 384,00 | 40,50 | 43,24 | 186,87 | 1 384,34 | 8,83 | |

№ рецептуры

| |
|------------------------------------|
| Пермь 2013. № 282 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Могильный, Тутельян 2015. № 393 |
| Спб 2008. № 0 |
| |
| Могильный, Тутельян 2011. № 5 |
| |
| Спб 2008. № 0 |
| Пермь 2012. № 161 |
| Пермь 2012. № 378 |
| Пермь 2012. № 252 |
| Пермь 2012. № 526 |
| Спб 2008. № 0 |
| |
| Пермь 2004. № 136 |
| Пермь 2012. № 438 |
| Спб 2008. № 0 |
| Пермь 2012. № 505 |
| Пермь 2012. № 578 |
| |
| |
| |

| |
|-------------------|
| Пермь 2012. № 282 |
| Пермь 2012. № 507 |
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 119 |
| |
| Спб 2008. № 442 |
| |
| Спб 2008. № 0 |
| Пермь 2012. № 378 |
| Пермь 2012. № 252 |
| Пермь 2012. № 526 |
| Пермь 2012. № 123 |
| Пермь 2012. № 161 |
| |

| |
|-------------------|
| Пермь 2012. № 353 |
| Пермь 2012. № 438 |
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 505 |
| Пермь 2012. № 578 |
| |
| |
| |

| |
|-------------------|
| Пермь 2012. № 282 |
| Пермь 2012. № 507 |
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 119 |

| |
|--|
| |
| |
| |

| |
|-------------------|
| Спб 2008. № 0 |
| Пермь 2012. № 378 |
| Пермь 2012. № 252 |
| Пермь 2012. № 526 |
| Пермь 2012. № 123 |
| Пермь 2012. № 161 |

| |
|--|
| |
|--|

| |
|-------------------|
| Пермь 2012. № 353 |
| Пермь 2012. № 438 |
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 505 |
| Пермь 2012. № 578 |

| |
|--|
| |
| |
| |