

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С
Аллергогруппа (сад)							
7 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИЛКАЯ (на воде)	150,00	5,56	5,44	27,29	182,79	1,03
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10,00	0,00	0,00	0,00	4,29	0,00
	Итого	380,00	14,19	6,71	98,35	396,98	1,03
Второй завтрак	ЯБЛОКО	100,00	0,40	0,40	9,80	42,00	10,00
	Итого	100,00	0,40	0,40	9,80	42,00	10,00
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50,00	0,90	4,05	3,87	54,90	0,00
	СУП ГОРОХОВЫЙ	180,00	29,60	13,10	63,10	489,00	10,40
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ (свинина)	70,00	12,54	11,80	10,00	196,46	0,00
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130,00	2,51	0,51	19,75	93,72	0,00
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180,00	0,56	0,00	27,89	113,79	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00
	Итого	660,00	50,21	29,91	143,43	1 038,37	10,40
Уплотненный полдник	алл. ПЛОВ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ С СУХОФРУКТАМИ 18к1	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Кисель из свежемороженой ягод (компотная смесь) копия	180,00	0,23	0,06	15,71	64,69	0,27
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00
	Итого	370,00	8,23	1,06	64,81	181,89	0,27
Итого	1 510,00	73,03	38,08	316,39	1 659,23	21,70	
Сад 12 часов							
7 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ	150,00	5,56	5,44	27,29	182,79	1,03
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180,00	2,43	0,04	17,82	81,50	0,90
	БАТОН	40,00	2,70	0,94	18,45	93,20	0,00
	Сыр полутвёрдый порциями	10,00	2,32	2,95	0,00	3,58	0,07
	Итого	380,00	13,01	9,37	63,56	361,07	2,00
Второй завтрак	ЯБЛОКО	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50,00	0,00	3,85	3,85	49,50	0,00
	СУП ГОРОХОВЫЙ	180,00	29,60	13,10	63,10	489,00	10,40
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (свинина)	70,00	12,54	11,80	10,00	196,46	0,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130,00	2,65	5,51	12,20	125,90	0,00
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180,00	0,56	0,00	27,89	113,79	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	2,93	0,46	18,82	90,50	0,00
	Итого	660,00	48,28	34,72	135,86	1 065,15	10,40

Уплотненный полдник	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	140,00	18,51	13,58	19,68	278,61	0,47
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50,00	1,30	3,54	7,88	60,60	0,24
	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
	Итого	410,00	23,81	19,19	61,71	510,82	0,71
Итого	1 550,00	85,10	63,27	261,13	1 937,04	13,11	
Если 12 часов 7 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ	130,00	4,82	4,71	23,65	158,42	0,89
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150,00	2,03	0,03	14,85	67,92	0,75
	БАТОН	30,00	2,03	0,71	13,84	69,90	0,00
	Сыр полутвёрдый порциями	7,00	1,62	2,07	0,00	2,51	0,05
	Итого	317,00	10,49	7,51	52,34	298,74	1,69
Второй завтрак	ЯБЛОКО	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30,00	0,00	2,31	2,31	29,70	0,00
	СУП ГОРОХОВЫЙ	150,00	24,67	10,92	52,58	407,50	8,67
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯЛИНЫ (ПАРОВЫЕ)	50,00	40,08	39,30	22,46	603,65	0,85
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110,00	2,24	4,66	10,32	106,53	0,00
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150,00	0,47	0,00	23,24	94,83	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	2,34	0,36	15,06	72,40	0,00
	Итого	530,00	69,79	57,55	125,97	1 314,61	9,51
Уплотненный полдник	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	130,00	17,19	12,61	18,28	258,71	0,43
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30,00	0,78	2,12	4,73	36,36	0,15
	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
	Итого	340,00	21,08	16,38	49,92	430,31	0,58
Итого	1 287,00	101,37	81,44	228,23	2 043,66	11,78	

№ рецептуры
Пермь 2012. № 279
Могильный, Тутельян 2012. № 398
Спб 2008. № 0
Могильный, Тутельян 2012. № 0
Спб 2008. № 2008
Пермь 2012. № 129
Пермь.2021. № 158
Пермь 2012. № 282
Пермь 2004. № 318
Пермь.2021. № 0
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 286
Могильный, Тутельян 2016. № 0
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 279
Пермь 2011. № 514
Пермь 2012. № 122
Пермь.2021. № 0
Спб 2008. № 2008
Спб 2008. № 55
Пермь.2021. № 158
Пермь 2012. № 282
Пермь 2011. № 441
Пермь.2021. № 0
Пермь 2012. № 123

Пермь 2011. № 331
Пермь 2012. № 452
Пермь 2012. № 507
Пермь 2012. № 122

Пермь 2012. № 279
Пермь 2011. № 514
Пермь 2012. № 122
Пермь.2021. № 0
Спб 2008. № 2008
Спб 2008. № 55
Пермь.2021. № 158
Могильный, Тутельян 2012. № 0
Пермь 2011. № 441
Пермь.2021. № 0
Пермь 2012. № 123
Пермь 2011. № 331
Пермь 2012. № 452
Пермь 2012. № 507
Пермь 2012. № 122