

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С
Аллергогруппа (сад)							
25 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде)	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68
	ЧАЙ С САХАРОМ	180,00	0,00	0,00	13,54	54,11	0,00
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	30,00	0,00	0,00	0,00	12,86	0,00
	Итого	400,00	11,40	5,31	76,55	292,56	0,68
Второй завтрак	ЯБЛОКО	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00
	Итого	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50,00	1,10	0,20	3,80	24,00	25,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180,00	8,87	3,64	15,19	141,98	28,42
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЁЖИКИ)	80,00	12,00	11,04	5,60	166,40	2,14
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130,00	2,74	4,45	42,90	102,00	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	4,10	0,45	18,82	90,50	0,00
	Итого	670,00	29,44	20,05	108,27	617,58	55,56
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150,00	5,07	3,68	16,00	144,46	5,38
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50,00	0,72	3,91	2,87	48,68	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	420,00	13,99	12,29	79,97	360,34	5,38
Итого	1 590,00	55,23	38,05	275,20	1 315,49	71,62	
Сад 12 часов							
25 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	180,00	2,06	2,40	23,50	124,52	0,25
	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	10,48	10,60	55,87	329,70	0,32
Второй завтрак	МОЛОКО	180,00	5,40	4,50	4,86	95,40	0,00
	Итого	180,00	5,40	4,50	4,86	95,40	0,00
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50,00	1,10	0,20	3,80	24,00	25,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180,00	8,87	3,64	15,19	141,98	28,42
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	70,00	10,50	9,66	4,90	145,60	1,87
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130,00	2,74	4,45	42,90	102,00	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,00	2,93	0,46	18,82	90,50	0,00
	Итого	660,00	26,77	18,67	107,57	596,78	55,29

Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150,00	5,07	3,68	16,00	144,46	5,38
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50,00	0,73	1,93	3,06	38,28	0,04
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00
	БАТОН	40,00	2,70	0,94	18,45	93,20	0,00
	ЯБЛОКО	100,00	0,33	0,33	8,17	39,17	13,33
	Итого	520,00	9,03	10,58	57,68	365,10	18,75
Итого	1 740,00	51,69	44,35	225,98	1 386,99	74,37	
Если 12 часов 25 Июнь 2024 г.							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130,00	2,95	3,74	12,06	93,95	0,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150,00	1,72	2,00	19,58	103,77	0,21
	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	8,31	8,51	45,48	270,12	0,26
Второй завтрак	МОЛОКО	150,00	4,50	3,75	4,05	79,50	0,00
	Итого	150,00	4,50	3,75	4,05	79,50	0,00
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30,00	0,66	0,12	2,28	14,40	15,00
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150,00	7,40	3,03	12,66	118,32	23,69
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	50,00	7,50	6,90	3,50	104,00	1,34
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110,00	2,32	3,77	36,30	86,31	0,00
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150,00	0,53	0,23	18,30	77,25	0,00
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	2,34	0,36	15,06	72,40	0,00
	Итого	530,00	20,74	14,40	88,10	472,68	40,02
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	130,00	4,39	3,19	13,87	125,20	4,66
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30,00	0,44	1,16	1,84	22,97	0,02
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150,00	0,17	3,08	10,00	41,67	0,00
	БАТОН	30,00	2,03	0,71	13,84	69,90	0,00
	ЯБЛОКО	95,00	0,32	0,32	7,76	37,21	12,67
	Итого	435,00	7,34	8,45	47,30	296,94	17,35
Итого	1 432,00	40,90	35,11	184,93	1 119,24	57,63	

№ рецептуры
Пермь 2012. № 281
Пермь 2012. № 505
Спб 2008. № 0
Могильный, Тутельян 2012. № 0
Пермь 2012. № 2012
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 165
Пермь 2012. № 400
Пермь 2012. № 435
Могильный, Тутельян 2012. № 398
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 194
Пермь 2012. № 465
Могильный, Тутельян 2015. № 393
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 281
Пермь 2012. № 512
Пермь 2012. № 122
Пермь.2021. № 0
2008. № 0
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 165
Пермь 2012. № 400
Пермь 2012. № 435
Могильный, Тутельян 2012. № 398
Пермь 2012. № 123

Пермь 2012. № 194
Пермь 2004. № 226
Могильный, Тутельян 2012. № 393
Пермь 2012. № 122
Могильный, Тутельян 2012. № 0

Пермь 2012. № 281
Пермь 2012. № 512
Пермь 2012. № 122
Пермь.2021. № 0
2008. № 0
Спб 2008. № 0
Пермь 2012. № 165
Пермь 2012. № 400
Пермь 2012. № 435
Могильный, Тутельян 2012. № 398
Пермь 2012. № 123
Пермь 2012. № 194
Пермь 2004. № 226
Могильный, Тутельян 2012. № 393
Пермь 2012. № 122
Могильный, Тутельян 2012. № 0