

Меню для родителей

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С |
|----------------------------|---------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| Аллергогруппа (сад) | | | | | | | |
| 28 Июнь 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИЛКАЯ (на воде) | 150,00 | 5,56 | 5,44 | 27,29 | 182,79 | 1,03 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180,00 | 0,30 | 0,00 | 20,39 | 82,78 | 0,00 |
| | БАТОН 18к1 | 40,00 | 8,00 | 1,00 | 49,10 | 117,20 | 0,00 |
| | СЫР ПОРЦИОННЫЙ 18к1 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,86 | 0,00 |
| | Итого | 400,00 | 13,86 | 6,44 | 96,78 | 395,63 | 1,03 |
| 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 | Салат из свежих помидоров | 50,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180,00 | 0,91 | 1,07 | 7,15 | 42,01 | 4,31 |
| | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 150,00 | 16,37 | 12,75 | 23,00 | 271,67 | 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 | 610,00 | 21,93 | 14,27 | 76,86 | 517,97 | 4,31 |
| Уплотненный полдник | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 0,50 | 12,70 | 11,50 | 0,70 | 157,00 | 0,00 |
| | РАГУ ОВОЩНОЕ | 150,00 | 2,57 | 10,87 | 12,64 | 161,77 | 10,00 |
| | 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 |
| | ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ | 70,00 | 4,24 | 4,95 | 25,55 | 163,47 | 0,00 |
| | Итого | 440,50 | 27,51 | 28,32 | 101,53 | 653,55 | 10,00 |
| Итого | | 1 630,50 | 63,75 | 49,12 | 284,26 | 1 605,85 | 17,14 |
| Сад 12 часов | | | | | | | |
| 28 Июнь 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | БАТОН | 40,00 | 2,70 | 0,94 | 18,45 | 93,20 | 0,00 |
| | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ | 150,00 | 5,56 | 5,44 | 27,29 | 182,79 | 1,03 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ | 5,00 | 0,04 | 3,62 | 0,06 | 33,05 | 0,00 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого | 375,00 | 8,30 | 10,00 | 45,80 | 309,04 | 1,03 |
| | Второй завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180,00 | 0,45 | 0,09 | 9,09 | 38,70 |
| Итого | 180,00 | 0,45 | 0,09 | 9,09 | 38,70 | 1,80 | |
| Обед | Салат из свежих помидоров | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 150,00 | 16,37 | 12,75 | 23,00 | 271,67 | 0,00 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180,00 | 0,91 | 1,07 | 7,15 | 42,01 | 4,31 |
| | 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 | 620,00 | 20,77 | 14,28 | 76,86 | 517,97 | 4,31 |
| Уплотненный полдник | РАГУ ОВОЩНОЕ | 150,00 | 2,57 | 10,87 | 12,64 | 161,77 | 0,00 |
| | ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ | 70,00 | 4,24 | 4,95 | 25,55 | 163,47 | 0,00 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 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 | 470,00 | 10,81 | 17,88 | 72,34 | 496,85 | 0,00 |
| Итого | | 1 645,00 | 40,33 | 42,25 | 204,08 | 1 362,56 | 7,14 |
| Если 12 часов 28 Июнь 2024 г. | | | | | | | |
| Завтрак | 5 БАТОН | 30,00 | 2,03 | 0,71 | 13,84 | 69,90 | 0,00 |
| | 5 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 | 0,00 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 18 | 150,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 5 КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИЛКАЯ | 130,00 | 4,82 | 4,71 | 23,65 | 158,42 | 0,89 |
| | Итого | 314,00 | 6,88 | 8,32 | 37,54 | 254,76 | 0,89 |
| Второй завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 18 0,2. | 150,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| | Итого | 150,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Обед | Салат из свежих помидоров с луком18 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 5 ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 130,00 | 14,18 | 11,05 | 19,93 | 235,44 | 0,00 |
| | 5 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 150,00 | 0,76 | 0,89 | 5,96 | 35,01 | 3,59 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 18. | 150,00 | 0,47 | 0,00 | 23,24 | 94,83 | 0,00 |
| | 5 ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40,00 | 2,34 | 0,36 | 15,06 | 72,40 | 0,00 |
| | Итого | 510,00 | 17,75 | 12,31 | 64,19 | 437,68 | 3,59 |
| Уплотнен ный полдник | 5 РАГУ ОВОЩНОЕ | 130,00 | 2,23 | 9,42 | 10,95 | 140,20 | 0,00 |
| | 5 ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С ЯБЛОКОМ | 60,00 | 3,63 | 4,24 | 21,90 | 140,12 | 0,00 |
| | 5 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 25,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | 5 ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150,00 | 1,09 | 0,94 | 13,08 | 65,34 | 0,00 |
| | 5 БАТОН | 30,00 | 2,03 | 0,71 | 13,84 | 69,90 | 0,00 |
| Итого | 395,00 | 8,97 | 15,30 | 59,77 | 415,56 | 0,00 | |
| Итого | | 1 369,00 | 34,10 | 36,03 | 171,60 | 1 151,00 | 6,49 |
| | | | | | | | |

| |
|----------------------------------|
| № рецептуры |
| Пермь 2012. № 279 |
| Пермь 2012. № 526 |
| Спб 2008. № 0 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Спб 2008. № 442 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Пермь 2012. № 380 |
| Пермь.2021. № 0 |
| Спб 2008. № 0 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Москва 2006. № 78 |
| Спб 2008. № 0 |
| Пермь 2012. № 505 |
| Пермь 2012. № 557 |
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 279 |
| Пермь 2012. № 119 |
| Сборник 1996. № 253 |
| Спб 2008. № 442 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Пермь 2012. № 380 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Спб 2008. № 402 |
| Пермь 2012. № 123 |
| Москва 2006. № 78 |
| Пермь.2008. № 0 |
| Могильный, Тутельян 2012. № 0 |
| Пермь 2012. № 507 |

| |
|-------------------|
| Пермь 2012. № 122 |
| |
| |
| |

| |
|---------------------|
| Пермь 2012. № 122 |
| Пермь 2012. № 119 |
| Сборник 1996. № 253 |
| Пермь 2012. № 279 |
| |
| |
| |

Могильный, Тутельян
2012. № 0

Пермь 2012. № 380

Могильный, Тутельян
2012. № 0

Спб 2008. № 402

Пермь 2012. № 123

Москва 2006. № 78

Пермь.2008. № 0

Могильный, Тутельян
2012. № 0

Пермь 2012. № 507

Пермь 2012. № 122