

Меню для родителей

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов 12 Ноябрь 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИЛКАЯ	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180,00	2,43	0,04	17,82	81,50	0,90	Пермь 2013. № 514
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10,00	0,00	0,00	0,00	4,29	0,00	Могильный, Тутьельян 2012. № 0
	Итого	380,00	13,83	5,35	80,84	311,39	1,58	
Второй завтрак	МОЛОКО	180,00	2,70	2,25	4,23	47,70	0,00	Пермь 2004. № 0
	Итого	180,00	2,70	2,25	4,23	47,70	0,00	
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50,00	0,00	0,00	0,00	10,00	0,00	Спб 2008. № 0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180,00	8,87	3,64	15,19	141,98	28,42	Пермь 2012. № 165
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЁЖИКИ)	70,00	10,50	9,66	4,90	145,60	1,87	Пермь 2012. № 400
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130,00	2,74	4,45	42,90	102,00	0,00	Пермь 2012. № 435
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьельян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49,00	4,02	0,44	18,44	88,69	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	659,00	26,76	18,46	103,40	580,97	30,29	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150,00	5,07	3,68	16,00	144,46	5,38	Пермь 2012. № 194
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50,00	0,73	1,92	3,06	38,28	0,04	Пермь 2004. № 226
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180,00	0,20	3,70	12,00	50,00	0,00	Могильный, Тутьельян 2015. № 393
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	ЯБЛОКО порц.	100,00	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00	Пермь 2012. № 2012
	Итого	520,00	14,40	10,70	90,56	394,94	15,42	
Итого	1 739,00	57,69	36,76	279,02	1 335,00	47,29		
Ясли 12 часов 12 Ноябрь 2024 г.								
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИЛКАЯ	150,00	3,40	4,31	13,92	108,40	0,68	Пермь 2012. № 281
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150,00	2,03	0,03	14,85	67,92	0,75	Пермь 2013. № 514
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	7,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	Могильный, Тутьельян 2012. № 0
	Итого	337,00	11,42	5,09	65,59	267,22	1,43	
Второй завтрак	МОЛОКО	150,00	2,25	1,88	3,53	39,75	0,00	Пермь 2004. № 0
	Итого	150,00	2,25	1,88	3,53	39,75	0,00	
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	Спб 2008. № 0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150,00	7,40	3,03	12,66	118,32	23,69	Пермь 2012. № 165
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЁЖИКИ)	50,00	7,50	6,90	3,50	104,00	1,34	Пермь 2012. № 400
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110,00	2,32	3,77	36,30	86,31	0,00	Пермь 2012. № 435
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150,00	0,53	0,23	18,30	77,25	0,00	Могильный, Тутьельян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40,00	3,28	0,36	15,06	72,40	0,00	Спб 2008. № 0
	Итого	530,00	21,02	14,28	85,82	464,28	25,02	
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	130,00	4,39	3,19	13,87	125,20	4,66	Пермь 2012. № 194
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30,00	0,44	1,15	1,84	22,97	0,02	Пермь 2004. № 226
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150,00	0,17	3,08	10,00	41,67	0,00	Могильный, Тутьельян 2015. № 393
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	ЯБЛОКО порц.	95,00	0,38	0,38	9,88	42,75	9,50	Пермь 2012. № 2012
	Итого	435,00	11,38	8,56	72,41	320,48	14,19	
Итого	1 452,00	46,07	29,80	227,34	1 091,73	40,64		