

## Меню для родителей

(подпись)

Некрасова С Ю

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
<b>Сад 12 часов</b>								
<b>19 Ноябрь 2024 г.</b>								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150,00	7,22	8,90	31,48	236,07	1,29	Пермь 2013. № 282
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180,00	1,31	1,13	15,70	78,41	0,59	Пермь 2012. № 507
	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
	<b>Итого</b>	<b>380,00</b>	<b>16,53</b>	<b>11,03</b>	<b>96,28</b>	<b>435,96</b>	<b>1,88</b>	
Второй завтрак	ГРУША	100,00	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00	Спб 2008. № 0
	<b>Итого</b>	<b>100,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>	<b>5,00</b>	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50,00	0,80	0,10	2,50	14,00	10,00	Спб 2008. № 0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (чеснок)	180,00	1,13	3,16	4,67	60,47	12,08	Пермь 2012. № 156
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150,00	15,17	15,56	11,70	247,53	5,34	Пермь 2012. № 379
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180,00	0,63	0,27	21,96	92,70	0,00	Могильный, Тутьельян 2012. № 398
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53,00	4,35	0,48	19,95	95,93	0,00	Спб 2008. № 0
	<b>Итого</b>	<b>613,00</b>	<b>22,08</b>	<b>19,56</b>	<b>60,78</b>	<b>510,63</b>	<b>27,42</b>	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150,00	12,65	9,99	13,29	198,33	3,58	Могильный, Тутьельян 2012. № 584
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50,00	1,30	3,54	7,87	60,60	0,24	Пермь 2012. № 452
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180,00	0,14	0,00	34,84	139,89	0,00	Пермь 2011. № 0
	БАТОН	40,00	8,00	1,00	49,10	117,20	0,00	Спб 2008. № 0
	<b>Итого</b>	<b>420,00</b>	<b>22,08</b>	<b>14,53</b>	<b>105,10</b>	<b>516,02</b>	<b>3,82</b>	
<b>Итого</b>	<b>1 513,00</b>	<b>61,08</b>	<b>45,42</b>	<b>272,46</b>	<b>1 509,62</b>	<b>38,11</b>		
<b>Ясли 12 часов</b>								
<b>19 Ноябрь 2024 г.</b>								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150,00	7,22	8,90	31,48	236,07	1,29	Пермь 2013. № 282
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160,00	1,16	1,00	13,95	69,70	0,52	Пермь 2012. № 507
	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
	<b>Итого</b>	<b>347,00</b>	<b>14,38</b>	<b>10,65</b>	<b>82,26</b>	<b>396,67</b>	<b>1,81</b>	
Второй завтрак	ГРУША	100,00	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00	Спб 2008. № 0
	<b>Итого</b>	<b>100,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>	<b>5,00</b>	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30,00	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00	Спб 2008. № 0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150,00	0,95	2,63	3,89	50,39	10,07	Пермь 2012. № 156
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130,00	13,14	13,48	10,14	214,53	4,63	Пермь 2012. № 379
	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
	<b>Итого</b>	<b>500,00</b>	<b>18,37</b>	<b>16,76</b>	<b>48,89</b>	<b>422,97</b>	<b>20,69</b>	
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130,00	10,96	8,66	11,52	171,89	3,10	Могильный, Тутьельян 2012. № 584
	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30,00	0,78	2,12	4,72	36,36	0,14	Пермь 2012. № 452
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150,00	0,11	0,00	29,03	116,57	0,00	Пермь 2011. № 0
	БАТОН	30,00	6,00	0,75	36,83	87,90	0,00	Спб 2008. № 0
	<b>Итого</b>	<b>340,00</b>	<b>17,85</b>	<b>11,53</b>	<b>82,10</b>	<b>412,72</b>	<b>3,24</b>	
<b>Итого</b>	<b>1 287,00</b>	<b>51,01</b>	<b>39,25</b>	<b>223,55</b>	<b>1 279,36</b>	<b>30,75</b>		