

Меню приготавливаемых блюд

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 9c4ad63ecec5f6fe83f8fa25f353cb54b
Владелец Попов Владимир Владимирович
Действителен с 29.09.2023 по 22.12.2024

Возрастная категория: ... Дети 3-6лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	160	6,11	6,37	17,73	153,62	165
	Кофейный напиток с молоком	180	3,26	3,53	13,86	98,82	501
	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8	111
	Масло сливочное	5	0,06	3,08	0,09	28,3	105
	Сыр сычужный твердый порциями	20	4,64	5,90	0,00	72,8	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		405	17,07	20,04	52,24	458,34	
ЗАВТРАК 2	Йогурт	200	10,00	6,40	17,00	174	517
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	10,00	6,40	17,00	174	
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	180	0,13	0,00	17,41	65,75	508
	Салат из свеклы и моркови	50	0,65	5,04	3,72	63,01	51
	Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/к бульоне	180/10	7,47	3,60	13,50	116,5	144
	Рис отварной	130	3,34	3,67	34,72	185,28	414
	Котлеты из говядины	70	11,22	10,77	1,53	147,78	380
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	Соус красный основной	20	0,15	0,39	1,39	9,51	456
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	27,12	24,11	95,47	704,43	
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,27	0,00	13,66	54,36	494
	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47	112
	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	4,53	2,05	47,40	225,78
УЖИН	Котлеты рыбные любительские	70	9,99	3,70	7,99	105,35	346
	Сок фруктовый	180	0,74	0,14	23,58	99	518
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
	Овощи натуральные соленные (помидоры)	50	0,55	0,05	0,80	6,5	107
	Картофельное пюре	130	2,21	4,54	13,83	105,35	429
ИТОГО ЗА УЖИН		450	15,01	8,59	56,04	363,2	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток (снежок)	200	5,40	5,00	21,60	158	0000
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,40	5,00	21,60	158	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2285	79,13	66,19	289,75	2083,75	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2285	79,13	66,19	289,75	2083,75	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2285	79,13	66,19	289,75	2083,75	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ... Дети с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,64	7,96	22,16	192,02	165
	Кофейный напиток с молоком	200	3,62	3,92	15,40	109,8	501
	Батон нарезной	60	4,50	1,74	30,84	157,2	111
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105
	Сыр сычужный твердый порциями	30	6,96	8,85	0,00	109,2	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	22,85	28,62	68,57	624,82	
ЗАВТРАК 2	Йогурт	200	10,00	6,40	17,00	174	517
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	10,00	6,40	17,00	174	
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,14	0,00	19,34	73,06	508
	Салат из свеклы и моркови	70	0,92	7,06	5,21	88,21	51
	Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/к бульоне	200/14	8,30	4,00	15,00	129,44	144
	Рис отварной	150	3,85	4,23	40,06	213,78	414
	Котлеты из говядины	90	14,43	13,84	1,97	190	380
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	109
	Соус красный основной	30	0,22	0,58	2,08	14,27	456
	ИТОГО ЗА ОБЕД		840	34,86	30,75	123,38	907,16
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,18	60,4	494
	Плоды свежие (груши)	200	0,80	0,60	20,60	94	112
	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	4,96	2,35	59,22	278,82	
УЖИН	Котлеты рыбные любительские	90	12,84	4,76	10,28	135,45	346
	Сок фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110	518
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	108
	Овощи натуральные соленные (помидоры)	70	0,77	0,07	1,12	9,1	107
	Картофельное пюре	150	2,55	5,24	15,96	121,56	429
ИТОГО ЗА УЖИН		550	20,02	10,55	73,24	470,11	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток (снежок)	200	5,40	5,00	21,60	158	0000
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,40	5,00	21,60	158	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2750	98,09	83,67	363,01	2612,91	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2750	98,09	83,67	363,01	2612,91	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2750	98,09	83,67	363,01	2612,91	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	230	8,79	9,15	25,48	220,82	165
	Кофейный напиток с молоком	200	3,62	3,92	15,40	109,8	501
	Батон нарезной	80	6,00	2,32	41,12	209,6	111
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105
	Сыр сычужный твердый порциями	30	6,96	8,85	0,00	109,2	100
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	25,50	30,39	82,17	706,02	
ЗАВТРАК 2	Йогурт	200	10,00	6,40	17,00	174	517
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	10,00	6,40	17,00	174	
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,14	0,00	19,34	73,06	508
	Салат из свеклы и моркови	100	1,31	10,08	7,44	126,02	51
	Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/к бульоне	250/15	10,38	5,00	18,75	161,8	144
	Рис отварной	180	4,63	5,08	48,08	256,54	414
	Котлеты из говядины	100	16,03	15,38	2,19	211,11	380
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Хлеб ржаной	100	6,60	1,20	33,40	174	109
	Соус красный основной	30	0,22	0,58	2,08	14,27	456
	ИТОГО ЗА ОБЕД		1010	43,11	37,72	155,88	1134,3
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,18	60,4	494
	Плоды свежие (груши)	200	0,80	0,60	20,60	94	112
	Ватрушки с повидлом	60	3,86	1,75	23,44	124,42	540
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	4,96	2,35	59,22	278,82	
УЖИН	Котлеты рыбные любительские	100	14,27	5,29	11,42	150,5	346
	Сок фруктовый	200	0,82	0,16	26,20	110	518
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108
	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	1,10	0,10	1,60	13	107
	Картофельное пюре	180	3,06	6,28	19,15	145,87	429
ИТОГО ЗА УЖИН		630	23,05	12,23	82,97	536,87	
УЖИН 2	Кисломолочный напиток (снежок)	200	5,40	5,00	21,60	158	0000
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,40	5,00	21,60	158	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3050	112,02	94,09	418,84	2988,01	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3050	112,02	94,09	418,84	2988,01	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3050	112,02	94,09	418,84	2988,01	