

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич еская ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов 9 декабря 2024 г.								
Завтрак	КАША "пшеничная"	180,00	6,53	4,08	28,51	176,93	0,57	Пермь 2011. № 161
	КОфейный напиток с молоком	180,00	2,79	0,04	19,80	90,56	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	БУТЕРБРОД С маслом.	40,00	6,20	5,28	20,21	167,35	0,08	Могильный, Тутельян 2012. № 3
	рыбий жир	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 0
	Итого	408,00	15,52	9,40	68,52	434,83	0,65	
Второй завтрак	Сок яблочный	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	Итого	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	
Обед	Рассольник (мелкошинкованный) раст	200,00	0,74	1,00	4,60	31,32	7,28	Могильный, Тутельян 2010. № 74
	Голубцы ленивые,	180,00	13,38	8,56	19,19	207,47	18,98	Могильный, Тутельян 2010. № 298
	Компот из замороженных ягод (компотная смесь)	180,00	0,18	0,08	14,22	57,06	2,32	Могильный, Тутельян 2016. № 36
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	610,00	17,80	10,15	61,01	405,85	28,58	
Ужин	Салат рыбный	150,00	7,50	9,45	9,80	154,40	0,00	Снигур. № 168
	Чай с сахаром 2	180,00	0,10	0,00	10,80	43,80	0,00	Пермь 2013. № 2
	Батон "Умница"	20,00	1,35	0,47	9,22	46,60	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	350,00	8,95	9,92	29,82	244,80	0,00	
Итого		1 468,00	42,28	29,47	170,86	1 131,49	29,23	

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Если 12 часов 9 декабря 2024 г.								
Завтрак	КАША "пшеничная"	150,00	5,44	3,40	23,76	147,44	0,47	Пермь 2011. № 161
	КОфейный напиток с молоком	160,00	2,48	0,04	17,60	80,50	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	БУТЕРБРОД С маслом.	40,00	6,20	5,28	20,21	167,35	0,08	Могильный, Тутельян 2012. № 3
	Итого	350,00	14,12	8,72	61,57	395,28	0,56	
Второй завтрак	Сок яблочный 0,200	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	Итого	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	
Обед	Рассольник (мелкошинкованный) раст	150,00	0,56	0,75	3,45	23,49	5,46	Могильный, Тутельян 2010. № 74
	Голубцы ленивые,	140,00	10,40	6,66	14,93	161,37	14,76	Могильный, Тутельян 2010. № 298
	Компот из замороженных ягод (компотная смесь)	150,00	0,15	0,07	11,85	47,55	1,93	Могильный, Тутельян 2016. № 36
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	480,00	13,92	7,88	48,63	320,41	22,15	
Ужин	Салат рыбный	140,00	7,00	8,82	9,15	144,11	0,00	Снигур. № 168
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	Чай с сахаром 2	150,00	0,08	0,00	9,00	36,50	0,00	Пермь 2013. № 2
	Итого	305,00	8,09	9,17	25,06	215,56	0,00	
Итого		1 235,00	36,13	25,77	146,76	977,25	22,71	

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич еская ценность	С	№ рецептуры