

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н

(расшифровка подписи)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С | № рецептуры |
|--------------------------|--|---------------|--------------|---------------|-----------------|-------------------------|--------------|---------------------------------------|
| Сад 12 часов | | | | | | | | |
| 15 января 2025 г. | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180,00 | 4,50 | 3,93 | 25,47 | 155,29 | 1,05 | Пермь 2013. № 32 |
| | КОфейный напиток с молоком | 180,00 | 2,79 | 0,04 | 19,80 | 90,56 | 0,00 | Могильный, Тутельян 2016. № 395 |
| | Бутерброд с повидлом | 50,00 | 2,26 | 3,57 | 25,05 | 141,82 | 0,09 | Могильный, Тутельян 2016. № 19 |
| | Итого | 410,00 | 9,55 | 7,55 | 70,33 | 387,67 | 1,14 | |
| 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 | 160,00 | 8,00 | 10,08 | 10,45 | 164,69 | 0,00 | Снигур. № 168 |
| | ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 12,95 | 25,70 | 0,50 | Пермь 2004. № 0 |
| | Батон "Умница" | 20,00 | 1,35 | 0,47 | 9,22 | 46,60 | 0,00 | Пермь 2004. № 10 |
| | Итого | 360,00 | 9,35 | 10,55 | 32,63 | 236,99 | 0,50 | |
| Итого | 1 480,00 | 36,70 | 28,24 | 175,47 | 1 076,52 | 30,22 | | |

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н

(расшифровка подписи)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С | № рецептуры |
|------------|--------------------|-------|-------|------|----------|-------------------------|---|-------------|
| | | | | | | | | |



Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н

(расшифровка подписи)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С | № рецептуры |
|--|--|---------------|--------------|---------------|---------------|-------------------------|--------------|---------------------------------------|
| Если 12 часов 15 января 2025 г. | | | | | | | | |
| Завтрак | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150,00 | 3,75 | 3,28 | 21,23 | 129,41 | 0,88 | Пермь 2013. № 32 |
| | КОфейный напиток с молоком | 160,00 | 2,48 | 0,04 | 17,60 | 80,50 | 0,00 | Могильный, Тутельян 2016. № 395 |
| | Бутерброд с повидлом | 40,00 | 1,81 | 2,86 | 20,04 | 113,45 | 0,07 | Могильный, Тутельян 2016. № 19 |
| | Итого | 350,00 | 8,04 | 6,17 | 58,87 | 323,36 | 0,95 | |
| 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, | 150,00 | 11,15 | 7,14 | 15,99 | 172,89 | 15,81 | 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 | 490,00 | 14,66 | 8,35 | 49,69 | 331,93 | 23,21 | |
| Ужин | Яблоко | 95,00 | 0,38 | 0,38 | 9,31 | 44,65 | 15,20 | Пермь 2011. № 90 |
| | Салат рыбный | 150,00 | 7,50 | 9,45 | 9,80 | 154,40 | 0,00 | Снигур. № 168 |
| | Батон "Умница" | 15,00 | 1,01 | 0,35 | 6,92 | 34,95 | 0,00 | Пермь 2004. № 10 |
| | ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ | 150,00 | 0,00 | 0,00 | 10,79 | 21,42 | 0,42 | Пермь 2004. № 0 |
| | Итого | 410,00 | 8,89 | 10,18 | 36,82 | 255,42 | 15,62 | |
| Итого | 1 350,00 | 31,59 | 24,71 | 156,88 | 956,71 | 39,77 | | |

Утверждаю

Заведующая

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н

(расшифровка подписи)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | С | № рецептуры |
|------------|--------------------|-------|-------|------|----------|-------------------------|---|-------------|
| | | | | | | | | |

