

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов 27 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	молоко	100,00	3,00	2,50	4,70	53,00	0,00	Пермь 2011. № 30
	Итого	100,00	3,00	2,50	4,70	53,00	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	12,24	10,16	16,44	282,36	16,92	Могильный, Тутельян 2016. № 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	16,67	11,75	58,26	480,74	26,52	
Ужин	Яблоко	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	Пермь 2011. № 90
	Салат рыбный	180,00	9,00	11,34	11,76	185,28	0,00	Снигур. № 168
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 124
	Батон "Умница"	20,00	1,35	0,47	9,22	46,60	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	480,00	10,75	12,21	43,73	304,58	16,50	
Итого		1 600,00	39,96	34,00	177,02	1 225,99	44,17	

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Если 12 часов 27 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	молоко	100,00	3,00	2,50	4,70	53,00	0,00	Пермь 2011. № 30
	Итого	100,00	3,00	2,50	4,70	53,00	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	10,20	8,47	13,70	235,30	14,10	Могильный, Тутельян 2016. № 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	13,71	9,69	47,40	394,34	21,49	
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. № 124
	Итого	410,00	8,89	10,18	36,82	255,42	15,62	
Итого		1 350,00	33,64	28,54	147,79	1 026,12	38,06	

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н
(расшифровка подписи)

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

