

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов								
29 января 2025 г.								
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180,00	4,99	1,66	17,60	105,26	0,00	Пермь 2011. № 44
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 0
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	400,00	7,59	6,06	47,10	249,96	0,50	
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	Щи из свежей капусты с картофелем	200,00	1,67	5,06	8,51	86,26	42,41	Пермь 2004. № 56
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110,00	6,16	6,60	21,01	138,38	0,00	Пермь 2013. № 54
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,50	0,00	24,66	100,66	0,14	Пермь 2011. № 399
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Гуляш из отварного мяса	80,00	10,32	8,15	2,62	125,00	0,56	Могильный, Тутельян 2016. № 118
	Итого	620,00	22,15	20,31	79,80	560,30	43,10	
Ужин	Омлет натуральный	170,00	15,22	21,71	3,14	268,86	1,31	Пермь 2011. № 188
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180,00	0,00	0,00	8,20	47,50	0,50	Могильный, Тутельян 2016. № 0
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	365,00	16,23	22,06	18,26	351,31	1,81	
Итого		1 485,00	45,97	48,42	156,66	1 207,57	45,41	

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Если 12 часов								
29 января 2025 г.								
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	4,16	1,38	14,67	87,72	0,00	Пермь 2011. № 44
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	160,00	0,00	0,00	11,51	22,84	0,44	Пермь 2004. № 0
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	350,00	6,76	5,78	42,73	229,56	0,44	
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	Щи из свежей капусты с картофелем	150,00	1,25	3,80	6,38	64,70	31,81	Пермь 2004. № 56
	Гуляш из отварного мяса	60,00	7,74	6,11	1,97	93,75	0,42	Могильный, Тутельян 2016. № 118
	Компот из смеси сухофруктов	150,00	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11	Пермь 2011. № 399
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110,00	6,16	6,60	21,01	138,38	0,00	Пермь 2013. № 54
	Итого	510,00	18,37	16,91	68,31	468,71	32,34	
Ужин	Омлет натуральный	150,00	13,43	19,15	2,77	237,23	1,15	Пермь 2011. № 188
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150,00	0,00	0,00	6,83	39,58	0,42	Могильный, Тутельян 2016. № 0
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	315,00	14,44	19,50	16,52	311,76	1,57	
Итого		1 275,00	39,57	42,19	139,06	1 056,03	34,35	

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н
(расшифровка подписи)

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