

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич еская ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов								
21 марта 2025 г.								
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	160,00	3,95	4,85	14,90	118,83	0,00	Пермь 2004. № 43
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 0
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	44,00	2,86	4,84	18,21	130,90	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	384,00	6,81	9,69	46,05	275,43	0,50	
Второй завтрак	ПРОСТОКВАША ФРУКТОВАЯ	95,00	2,76	2,85	3,80	56,00	0,53	Пермь 2004. № 0
	Итого	95,00	2,76	2,85	3,80	56,00	0,53	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	180,00	1,37	4,80	7,79	80,00	18,15	Пермь 2004. № 27
	Рис отварной	130,00	9,45	6,01	52,42	318,71	0,00	Пермь 2011. № 191
	Кисель из свежемороженных ягод (компотная смесь)	180,00	0,23	0,06	15,71	64,69	0,27	Могильный, Тутельян 2016. № 17
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Птица отварная	65,00	14,16	12,32	0,81	170,87	0,00	Пермь 2011. № 181
	Итого	605,00	28,72	23,70	99,72	744,27	18,42	
Ужин	Пирожки, печеные из сдобного теста.	90,00	6,96	5,83	43,34	253,94	0,00	Пермь 2004. № 294
	Фарш рыбный	30,00	5,03	2,36	0,61	43,86	0,00	Пермь 2004. № 312
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 0
	Итого	300,00	11,99	8,19	56,91	323,50	0,50	
Итого		1 384,00	50,27	44,43	206,48	1 399,21	19,95	

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Если 12 часов								
21 марта 2025 г.								
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	140,00	3,46	4,24	13,03	103,98	0,00	Пермь 2004. № 43
	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	340,00	6,06	8,64	41,10	245,82	0,44	
Второй завтрак	ПРОСТОКВАША ФРУКТОВАЯ	80,00	2,32	2,40	3,20	47,16	0,45	Пермь 2004. № 0
	Итого	80,00	2,32	2,40	3,20	47,16	0,45	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	150,00	1,14	4,00	6,49	66,67	15,13	Пермь 2004. № 27
	Рис отварной	110,00	8,00	5,09	44,35	269,68	0,00	Пермь 2011. № 191
	Кисель из свежемороженных ягод (компотная смесь)	150,00	0,20	0,05	13,09	53,91	0,23	Могильный, Тутельян 2016. № 17
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Птица отварная	60,00	13,07	11,38	0,75	157,73	0,00	Пермь 2011. № 181
	Итого	510,00	25,21	20,91	83,08	635,98	15,35	
Ужин	Пирожки, печеные из сдобного теста.	80,00	6,18	5,18	38,53	225,73	0,00	Пермь 2004. № 294
	Фарш рыбный	30,00	5,03	2,36	0,61	43,86	0,00	Пермь 2004. № 312
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	150,00	0,00	0,00	10,79	21,42	0,42	Пермь 2004. № 0
	Итого	260,00	11,22	7,55	49,93	291,00	0,42	
Итого		1 190,00	44,80	39,50	177,31	1 219,97	16,66	

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н
(расшифровка подписи)

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