

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич еская ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов 29 мая 2025 г.								
Завтрак	КАША "ячневая" молочная вязкая	160,00	5,64	3,71	21,01	140,00	0,50	Пермь 2011. № 35
	Какао с молоком	180,00	1,63	1,33	11,28	64,11	0,59	Пермь 2011. № 397
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50,00	3,25	5,50	20,69	148,75	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	390,00	10,52	10,53	52,98	352,87	1,09	
Второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,70	55,92	0,08	Пермь 2011. № 399
	Итого	100,00	0,28	0,00	13,70	55,92	0,08	
Обед	Суп рыбный с минтаем	180,00	6,89	3,22	9,54	94,86	4,99	Пермь 2011. № 116
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80,00	18,42	21,53	17,61	337,78	2,67	Могильный, Тутельян 2012. № 266
	Капуста тушеная	130,00	3,41	4,20	9,14	87,97	64,64	Пермь 2011. № 200
	Напиток из шиповника	180,00	0,61	0,00	20,75	85,41	54,00	Пермь 2013. № 13
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	620,00	32,82	29,45	80,03	716,02	126,29	
Ужин	Омлет натуральный	150,00	13,43	19,15	2,77	237,23	1,15	Пермь 2011. № 188
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 124
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	груши	50,00	0,20	0,20	4,90	23,50	8,00	Пермь 2011. № 90
	Итого	395,00	14,64	19,70	27,54	321,38	9,65	
Итого		1 505,00	58,27	59,69	174,25	1 446,18	137,11	

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич еская ценность	С	№ рецептуры
Если 12 часов								
29 мая 2025 г.								
Завтрак	КАША "ячневая" молочная вязкая	140,00	4,94	3,24	18,38	122,50	0,44	Пермь 2011. № 35
	Какао с молоком	160,00	1,45	1,18	10,03	56,99	0,52	Пермь 2011. № 397
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	340,00	8,99	8,82	44,96	298,49	0,96	
Второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,70	55,92	0,08	Пермь 2011. № 399
	Итого	100,00	0,28	0,00	13,70	55,92	0,08	
Обед	Суп рыбный с минтаем	150,00	5,74	2,69	7,95	79,05	4,16	Пермь 2011. № 116
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60,00	13,81	16,15	13,21	253,33	2,00	Могильный, Тутельян 2012. № 266
	Капуста тушеная	110,00	2,88	3,55	7,73	74,44	54,69	Пермь 2011. № 200
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Напиток из шиповника	150,00	0,51	0,00	17,29	71,18	45,00	Пермь 2013. № 13
	Итого	510,00	25,74	22,78	64,58	566,00	105,85	
Ужин	Омлет натуральный	130,00	11,64	16,60	2,40	205,60	1,00	Пермь 2011. № 188
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	150,00	0,00	0,00	10,79	21,42	0,42	Пермь 2004. № 124
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	груши	50,00	0,20	0,20	4,90	23,50	8,00	Пермь 2011. № 90
	Итого	345,00	12,85	17,15	25,01	285,47	9,42	
Итого		1 295,00	47,86	48,76	148,25	1 205,87	116,30	

Меню для родителей

(подпись)

Полулех О Н
(расшифровка подписи)

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