

СОГЛАСОВАНО: Заведующий



Мальгинова Л.А.

3 ДЕНЬ		САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет) 01 февраля				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
282/2012	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,87	8,25	37,01	253,72
105/2012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ	30/10	6,33	4,34	15,72	127,21
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<i>Итого:</i>		<b>445</b>	<b>14,26</b>	<b>12,60</b>	<b>62,99</b>	<b>422,28</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<i>Итого:</i>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
69/2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,61	6,05	2,34	66,25
160/2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	1,80	3,91	7,87	73,91
329/2018	БИГУС	200	27,26	18,43	9,67	313,56
533/2012	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	103,76
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<i>Итого:</i>		<b>710</b>	<b>34,31</b>	<b>29,07</b>	<b>67,56</b>	<b>669,08</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	ПРЯНИКИ	50	1,56	12,24	25,00	216,40
517/2019	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,02	15,67	62,98
<i>Итого:</i>		<b>260</b>	<b>1,56</b>	<b>12,26</b>	<b>40,67</b>	<b>279,38</b>
<b>УЖИН</b>						
311/2012	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,66	18,70	3,04	227,10
90/2012	ВИНЕГРЕТ	70	0,81	7,06	6,35	92,09

505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>450</b>	<b>16,43</b>	<b>26,16</b>	<b>42,49</b>	<b>490,98</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1965</b>	<b>67,20</b>	<b>80,73</b>	<b>229,39</b>	<b>1932,76</b>

<b>3 ДЕНЬ</b>		<b>ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет)</b>				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
282/2012	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	7,87	8,25	37,01	203,72
105/2012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ	30/10	6,33	4,34	15,72	127,21
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<b>Итого:</b>		<b>390</b>	<b>14,26</b>	<b>12,60</b>	<b>62,99</b>	<b>372,28</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
69/2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,61	6,05	2,34	66,25
160/2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,80	3,91	7,87	53,91
329/2018	БИГУС	150	27,26	18,43	9,67	203,56
533/2012	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	103,76
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>590</b>	<b>34,31</b>	<b>29,07</b>	<b>67,56</b>	<b>539,08</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	ПРЯНИКИ	50	1,56	12,24	25,00	216,40
517/2019	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,02	15,67	62,98
<b>Итого:</b>		<b>260</b>	<b>1,56</b>	<b>12,26</b>	<b>40,67</b>	<b>279,38</b>

УЖИН						
311/2012	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	11,66	18,70	3,04	207,10
90/2012	ВИНЕГРЕТ	60	0,81	7,06	6,35	92,09
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>450</b>	<b>16,43</b>	<b>26,16</b>	<b>42,49</b>	<b>470,98</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1965</b>	<b>67,20</b>	<b>80,73</b>	<b>229,39</b>	<b>1732,76</b>

3 ДЕНЬ САД МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет)						
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
282/2012	КАША ПШЕННАЯ	200	7,87	8,25	37,01	203,72
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>14,26</b>	<b>12,60</b>	<b>62,99</b>	<b>317,76</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
58/2012	САЛАТ КРЕСТЬЯНСКИЙ	60	0,61	6,05	2,34	66,25
106/2012	СУП ЛУКОВЫЙ	200	1,80	4,91	7,87	82,95
329/2018	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	200	27,26	18,43	9,67	295,56
522/2012	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,26	0,21	25,07	103,20
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>690</b>	<b>34,31</b>	<b>29,07</b>	<b>67,56</b>	<b>669,08</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
59/2012	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	7,13	7,20	25,00	216,40
530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20

<b>Итого:</b>		<b>250</b>	<b>13,35</b>	<b>4,42</b>	<b>63,51</b>	<b>347,22</b>
<b>УЖИН</b>						
<b>311/2012</b>	<b>ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С ПАССЕРОВАННЫМ ЛУКОМ</b>	<b>200</b>	<b>22,34</b>	<b>5,22</b>	<b>54,48</b>	<b>340,10</b>
<b>505/2012</b>	<b>ЧАЙ</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,05</b>	<b>60,19</b>
<b>123/2012</b>	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>30</b>	<b>1,98</b>	<b>0,15</b>	<b>11,15</b>	<b>53,85</b>
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>16,43</b>	<b>26,16</b>	<b>55,44</b>	<b>490,98</b>
<b>Всего за день:</b>						
<b>Всего за день:</b>		<b>1900</b>	<b>78,99</b>	<b>72,89</b>	<b>265,18</b>	<b>1896,08</b>