

Мальгинова Л.А.

ИП Бабкина Ф.С. 12 ноября						
7 ДЕНЬ ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 лет)						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
190/2012	КАША ПШЕННАЯ	150	4,36	5,10	21,60	198,60
109/2012	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ	30/10	2,53	0,42	22,22	102,78
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<i>Итого:</i>		440	6,95	5,53	54,08	342,73
2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<i>Итого:</i>		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
1/2012	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,49	5,02	5,23	71,80
117/2018	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,44	5,83	4,27	65,31
417/2012	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО -РУССКИ	150	21,58	39,02	63,74	298,54
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,20
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>		590	27,73	50,48	121,36	650,45
ПОЛДНИК						
530/2012	КЕФИР	150	5,80	5,00	8,00	83,20
555/2012	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ	60	12,19	3,84	31,74	210,35
<i>Итого:</i>		210	17,99	8,84	39,74	293,55
УЖИН						
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,70	4,70	5,10	108,30
388/2018	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14,27	1,00	25,76	169,13
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
<i>Итого:</i>		400	26,93	6,10	63,96	449,22
<i>Всего за день:</i>		1740	79,60	70,95	290,64	1781,95

7 ДЕНЬ САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет)						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
190/2012	КАША ПШЕННАЯ	200	6,83	5,53	24,20	212,52
109/2012	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ	30/10	2,53	0,42	22,22	102,78
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<i>Итого:</i>		440	9,42	5,96	56,68	356,65

2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<i>Итого:</i>		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
1/2012	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,68	6,08	6,37	82,96
117/2018	СУП ОВОЩНОЙ	200	1,44	5,83	4,27	75,31
417/2012	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО -РУССКИ	200	31,58	39,02	63,74	388,54
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,20
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>		710	37,92	51,54	122,50	761,61
ПОЛДНИК						
530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
555/2012	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ	60	12,19	3,84	31,74	210,35
<i>Итого:</i>		260	17,99	8,84	39,74	310,55
УЖИН						
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,80	6,70	6,20	128,00
388/2018	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14,27	1,00	25,76	169,13
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
<i>Итого:</i>		450	29,03	8,10	65,06	468,92
<i>Всего за день:</i>		1960	94,36	74,44	295,48	1943,73

7 ДЕНЬ						
МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет)						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
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
114/2012	СЫР	10	3,84	3,92	0,00	50,60
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
<i>Итого:</i>		430	13,69	12,32	58,21	368,36
2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<i>Итого:</i>		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
16/2012	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,52	6,05	5,44	60,11
117/2018	СУП ИЗ СЫРА	200	1,44	5,83	4,27	113,31
312/2012	ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	21,58	5,02	63,74	178,54
424/2012	РИС ОТВАРНОЙ	150	6,68	8,91	33,42	240,66
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
<i>Итого:</i>		700	32,46	26,17	143,09	749,67
ПОЛДНИК						

530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ	50	5,35	1,42	34,91	173,82
<i>Итого:</i>		250	<i>11,15</i>	<i>6,42</i>	<i>42,91</i>	<i>274,02</i>
УЖИН						
439/2012	ИНДЕЙКА С ОВОЩАМИ	200	10,30	7,90	41,95	274,55
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,43	0,34	21,05	73,04
<i>Итого:</i>		450	<i>12,73</i>	<i>8,24</i>	<i>73,05</i>	<i>407,78</i>
<i>Всего за день:</i>		1930	70,03	53,15	328,76	1845,83