

СОГЛАСОВАНО: Заведующий Мальгинова Л.А.



Мальгинова Л.А.

ИП Бабкина Ф.С.						
10 ДЕНЬ	САД МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет) 16 сентября					
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
221/2018	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,23	6,99	30,41	209,41
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
<i>Итого:</i>		<b>430</b>	<b>8,21</b>	<b>7,14</b>	<b>51,61</b>	<b>323,45</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<i>Итого:</i>		<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,50</b>	<b>46,00</b>
<b>ОБЕД</b>						
16/2012	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,52	6,05	5,44	64,14
156/2012	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	4,52	4,57	11,87	106,68
421/2012	ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ	70	0,00	0,00	10,05	90,19
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>		<b>710</b>	<b>13,96</b>	<b>19,89</b>	<b>97,00</b>	<b>658,72</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
58/2012	ГРЕНКИ	60	5,35	1,42	34,21	153,82

<b>Итого:</b>		<b>260</b>	<b>11,15</b>	<b>6,42</b>	<b>42,21</b>	<b>254,02</b>
<b>УЖИН</b>						
226/2012	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	5,88	9,12	30,31	226,79
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>7,86</b>	<b>9,27</b>	<b>51,51</b>	<b>340,83</b>
<b>Всего за день:</b>						
		<b>1990</b>	<b>41,18</b>	<b>42,72</b>	<b>253,83</b>	<b>1623,02</b>

<b>10 ДЕНЬ</b>		<b>ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 ЛЕТ)</b>				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
221/2018	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	6,23	6,99	30,41	189,41
125/2012	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>8,80</b>	<b>11,55</b>	<b>56,43</b>	<b>344,65</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,50</b>	<b>46,00</b>
<b>ОБЕД</b>						
120/2012	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,40	0,05	0,85	5,45
158/2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	4,52	2,57	8,87	96,68
416/2012	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	21,32	20,82	27,94	147,63
432/2012	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	5,64	6,19	36,01	198,32
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	26,77	109,02
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>600</b>	<b>36,28</b>	<b>30,05</b>	<b>123,49</b>	<b>668,70</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	10,05	40,19
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ	50	4,26	5,66	34,86	207,26
<b>Итого:</b>		<b>250</b>	<b>4,26</b>	<b>5,66</b>	<b>44,91</b>	<b>247,45</b>
<b>УЖИН</b>						
226/2012	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ	100	4,88	7,12	21,31	198,79
359/2011	СОУС КИСЕЛЬНЫЙ	50	0,01	0,01	2,37	9,61
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,04	60,15
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>8,85</b>	<b>7,53</b>	<b>61,77</b>	<b>380,18</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1990</b>	<b>58,19</b>	<b>54,79</b>	<b>298,10</b>	<b>1686,98</b>

<b>10 ДЕНЬ</b>	<b>САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7летт)</b>					
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
221/2018	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,23	6,99	30,41	209,41
125/2012	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,35
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>8,80</b>	<b>11,55</b>	<b>56,43</b>	<b>364,65</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,50</b>	<b>46,00</b>
<b>ОБЕД</b>						

120/2012	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,40	0,05	0,85	5,45
158/2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,52	4,57	11,87	106,68
416/2012	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	30,32	25,82	31,94	197,63
432/2012	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	222,32
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	26,77	109,02
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>750</b>	<b>45,28</b>	<b>37,05</b>	<b>130,49</b>	<b>752,70</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ	50	4,26	5,66	34,86	207,26
<b>Итого:</b>		<b>250</b>	<b>4,26</b>	<b>5,66</b>	<b>44,91</b>	<b>267,45</b>
<b>УЖИН</b>						
226/2012	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ	150	5,88	9,12	30,31	226,79
359/2011	СОУС КИСЕЛЬНЫЙ	50	0,01	0,01	2,37	9,61
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,04	60,15
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>9,85</b>	<b>9,53</b>	<b>70,77</b>	<b>408,15</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1990</b>	<b>68,19</b>	<b>63,79</b>	<b>314,10</b>	<b>1838,95</b>