



Мальгинова Л.А.

ИП Бабкина Ф.С. 18 октября						
10 ДЕНЬ	ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 ЛЕТ)					
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
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
<i>Итого:</i>		440	8,80	11,55	56,43	344,65
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						
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
<i>Итого:</i>		600	36,28	30,05	123,49	668,70
ПОЛДНИК						
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
<i>Итого:</i>		250	4,26	5,66	44,91	247,45
УЖИН						
227/2012	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ЯБЛОКОМ	100	4,02	8,20	30,70	201,20
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
<i>Итого:</i>		450	8,85	7,53	61,77	380,18
<i>Всего за день:</i>		1990	58,19	54,79	298,10	1686,98
ИП Бабкина Ф.С.						
10 ДЕНЬ	САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет)					
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
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

Итого:		435	8,80	11,55	56,43	364,65
2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
Итого:		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
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
Итого:		720	45,28	37,05	130,49	752,70
ПОЛДНИК						
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
Итого:		250	4,26	5,66	44,91	267,45
УЖИН						
227/2012	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ЯБЛОКОМ	150	6,23	10,20	32,50	228,01
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
Итого:		450	10,20	10,61	72,96	409,37
Всего за день:		1955	68,54	64,87	316,29	1840,17

10 ДЕНЬ		МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет)				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
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
Итого:		430	8,21	7,14	51,61	323,45
2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
Итого:		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
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
Итого:		710	13,96	19,89	97,00	658,72

ПОЛДНИК

530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
58/2012	ГРЕНКИ	60	5,35	1,42	34,21	153,82
<i>Итого:</i>		260	11,15	6,42	42,21	254,02

УЖИН

226/2012	ОВОЦИ ТУШЕНЫЕ	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	50	2,43	0,34	21,05	73,04
<i>Итого:</i>		450	8,31	9,46	61,41	360,02

<i>Всего за день:</i>		1950	41,63	42,91	263,73	1642,21
-----------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------