

СОГЛАСОВАНО: Заведующий



Мальгинова Л.А.

2 ДЕНЬ		САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет) 29 ноября				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
283/2012	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,60	7,38	33,49	222,80
109/2012	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ	30/10	2,53	0,42	22,22	102,78
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,48	2,86	15,02	99,77
<i>Итого:</i>		440	11,61	10,66	70,73	425,35
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						
6/2012	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,69	3,65	5,44	57,35
156/2012	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	7,04	8,18	4,21	118,58
339/2012	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,65	9,78	7,40	160,22
441/2012	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	0,69	6,09	1,13	62,09
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>		730	23,47	28,12	68,00	618,86
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	11,15	6,42	42,91	274,02
УЖИН						
327/2012	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	29,32	8,27	44,66	370,39

445/2018	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,33	0,83	26,68	119,47
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
Итого:		450	34,61	9,50	104,44	661,65
Всего за день:		1970	80,84	54,70	297,58	2025,88

2 ДЕНЬ		ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 лет)				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
283/2012	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,60	7,38	33,49	200,80
109/2012	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ	30/10	2,53	0,42	22,22	102,78
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,48	2,86	15,02	99,77
Итого:		390	11,61	10,66	70,73	425,35
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						
6/2012	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	3,05	4,44	47,35
156/2012	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,04	6,18	3,21	100,58
339/2012	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,65	7,78	6,40	139,22
441/2012	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	0,69	6,09	1,13	52,09
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:		600	19,30	24,52	64,00	556,65
ПОЛДНИК						
530/2012	КЕФИР	150	5,80	5,00	8,00	83,20
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ	50	5,35	1,42	34,91	173,82

Итого:		200	11,52	6,42	42,91	257,02
УЖИН						
327/2012	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	29,32	8,27	44,66	210,39
445/2018	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,33	0,83	26,68	119,47
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
Итого:		400	36,06	10,75	106,84	501,65
Всего за день:						
		1690	78,49	52,35	295,98	1786,67

2 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.	
ЗАВТРАК						
283/2012	КАША РИСОВАЯ	200	5,60	7,38	33,49	192,80
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
Итого:		440	11,42	11,45	54,69	357,44
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	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,52	6,05	5,44	64,14
148/2012	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	11,65	7,02	16,61	126,23
418/2012	ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С ИНДЕЙКОЙ	150	11,35	7,78	6,40	198,22
522/2012	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,26	0,21	25,07	103,20
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
Итого:		635	25,76	21,21	64,67	545,64
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	7,36	17,24	33,00	274,02
УЖИН						
427/2012	КАША ЯЧНЕВАЯ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ	200	25,32	6,27	39,51	364,39
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<i>Итого:</i>		450	27,30	6,42	60,71	478,43
Всего за день:						
		1970	71,84	56,32	224,57	1701,53