

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Суп молочный с крупой	180	3.44
Чай черный	180	0.04
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	30	0.85
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	50	0.58
Суп-лапша на курином бульоне	180	7.61
Картофельное пюре	130	2.85
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	100	6.50
Хлеб ржаной	50	3.30
Напиток из шиповника	180	0.45
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	180	5.51
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58
Кофейный напиток с молоком	180	2.88
Ватрушка с творогом	70	8.57

Рекомендации родителям по организации питания детей дома _____

Бухгалтер _____

(подпись)

Руководитель _____

(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
4.46	12.78	105.44	0.072	0.144
0.02	7.56	28.93	0.000	0.000
2.15	16.30	88.00	0.009	0.009
4.08	2.92	50.84	0.010	0.015
9.27	11.52	160.07	0.054	0.072
4.16	19.66	127.78	0.143	0.117
2.91	5.80	75.65	0.040	0.090
0.60	16.70	82.50	0.000	0.000
0.18	17.84	81.32	0.018	0.036
0.16	9.84	46.60		0.000
5.85	27.88	183.65	0.090	0.216
0.20	9.66	42.72	0.000	0.000
2.95	11.77	84.31	0.036	0.162
9.90	30.78	264.62	0.364	0.483

(расшифровка подписи)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 14.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

С	Fe	Ca	A	Mg
ЗАВТРАК				
1.170	0.324	117.252	0.036	26.118
0.018	0.180	9.216	0.000	2.592
0.099	0.351	5.001	0.000	0.000
ОБЕД				
1.190	0.540	14.930	0.000	0.000
1.746	0.936	27.270	0.270	15.606
23.283	1.066	33.358	0.026	28.951
0.680	0.110	60.000	0.010	7.000
1.150	0.000	0.000	0.000	0.000
135.090	0.450	17.748	0.108	4.356
0.000				
ПОЛДНИК				
1.188	0.738	150.102	0.036	24.228
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
1.170	0.216	114.480	0.018	13.590
0.336	0.707	31.024	0.028	3.178

Витамины и минералы, мг

D	K	P	I	Se
0.072	165.906	116.964	0.000	0.000
0.000	4.698	1.494	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.054	118.404	79.668	0.000	0.000
0.065	681.343	83.746	0.013	0.000
0.030	73.000	45.020	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	7.092	2.304	0.000	0.000

0.090	195.174	131.832	0.018	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.054	131.634	81.000	0.000	0.000
0.245	35.049	32.893	0.000	0.007

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.126				8.9
0.180				0.4
0.000				6.5
0.000				5.6
0.252				11.4
0.039				12.7
0.010	0.000	0.000	0.000	24.4
0.000				2.5
0.216				4.7
				1.0
0.090				10.6
0.000				1.0
0.108				6.6
0.007				18.8

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	70	4.55	2.04	4.06
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Руководитель _____ Горохова О.А.
(подпись) (расшифровка подписи)

ЭСТЬ				
Калорийность, ккал	B1	B2	C	Fe
108.12	0.121	0.099	19.701	0.902
52.96	0.028	0.063	0.476	0.077
66.00	0.000	0.000	0.920	0.000
81.32	0.018	0.036	135.090	0.450
46.60		0.000	0.000	

МЕНЮ
на 14.01.2025
СОТРУДНИКИ

Витамины и минералы, мг

Ca	A	Mg	D	K
ОБЕД				
28.226	0.022	24.497	0.055	576.521
42.000	0.007	4.900	0.021	51.100
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
17.748	0.108	4.356	0.000	7.092

P	I	Se	F	Car
70.862	0.011	0.000	0.033	
31.514	0.000	0.000	0.007	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	
2.304	0.000	0.000	0.216	

		Стоимость
№	Re	
		12.9
0.000	0.000	17.2
		2.0
		4.7
		1.0

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Суп молочный с крупой	150	2.86
Чай черный	150	0.03
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	20	0.57
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	30	0.35
Суп-лапша на курином бульоне	150	6.34
Картофельное пюре	110	2.41
Хлеб ржаной	40	2.64
Напиток из шиповника	150	0.38
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	4.59
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58
Кофейный напиток с молоком	150	2.40
Ватрушка с творогом	50	6.12

Рекомендации родителям по организации питания детей дома _____

Бухгалтер _____

(подпись)

Руководитель _____

(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
3.72	10.65	87.87	0.060	0.120
0.02	6.30	24.10	0.000	0.000
1.43	10.87	58.67	0.006	0.006
2.45	1.75	30.50	0.006	0.009
7.72	9.60	133.40	0.045	0.060
3.52	16.63	108.12	0.121	0.099
0.48	13.36	66.00	0.000	0.000
0.15	14.86	67.77	0.015	0.030
0.16	9.84	46.60		0.000
3.53	5.87	70.05	0.035	0.035
4.88	23.24	153.04	0.075	0.180
0.20	9.66	42.72	0.000	0.000
2.46	9.81	70.26	0.030	0.135
7.08	21.98	189.02	0.260	0.345

(расшифровка подписи)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 14.01.2025
ЯСЛИ

С	Fe	Ca	A	Mg
ЗАВТРАК				
0.975	0.270	97.710	0.030	21.765
0.015	0.150	7.680	0.000	2.160
0.066	0.234	3.334	0.000	0.000
ОБЕД				
0.714	0.324	8.958	0.000	0.000
1.455	0.780	22.725	0.225	13.005
19.701	0.902	28.226	0.022	24.497
0.920	0.000	0.000	0.000	0.000
112.575	0.375	14.790	0.090	3.630
0.000				
0.672	0.210	14.462	0.014	2.163
ПОЛДНИК				
0.990	0.615	125.085	0.030	20.190
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.975	0.180	95.400	0.015	11.325
0.240	0.505	22.160	0.020	2.270

Витамины и минералы, мг

D	K	P	I	Se
0.060	138.255	97.470	0.000	0.000
0.000	3.915	1.245	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.045	98.670	66.390	0.000	0.000
0.055	576.521	70.862	0.011	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	5.910	1.920	0.000	0.000
0.042	22.022	11.221	0.000	0.000
0.075	162.645	109.860	0.015	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.045	109.695	67.500	0.000	0.000
0.175	25.035	23.495	0.000	0.005

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.105				7.4
0.150				0.4
0.000				4.8
0.000				3.1
0.210				8.4
0.033				11.0
0.000				2.0
0.180				3.9
				1.0
0.028				14.9
0.075				9.2
0.000				1.0
0.090				5.5
0.005				14.0

МЕНЮ
на 14.01.2025
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с крупой	150	2.86	3.72	10.65	87.87	0.975
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й)	20	0.57	1.43	10.87	58.67	0.066
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными ог	30	0.35	2.45	1.75	30.50	0.714
Суп-лапша на курином бульоне	150	6.34	7.72	9.60	133.40	1.455
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49	3.53	5.87	70.05	0.672
ПОЛДНИК						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукур	150	4.59	4.88	23.24	153.04	0.990
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Ватрушка с творогом	50	6.12	7.08	21.98	189.02	0.240

МЕНЮ
на 14.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Суп молочный с крупой	180	3.44	4.46	12.78	105.44	1.170
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й)	30	0.85	2.15	16.30	88.00	0.099
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными ог	50	0.58	4.08	2.92	50.84	1.190
Суп-лапша на курином бульоне	180	7.61	9.27	11.52	160.07	1.746
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Рыба, запеченная(минтай) в молочном с	100	6.50	2.91	5.80	75.65	0.680
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
ПОЛДНИК						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукур	180	5.51	5.85	27.88	183.65	1.188
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Ватрушка с творогом	70	8.57	9.90	30.78	264.62	0.336