

Наименование блюда	Масса порции, г	Пи	
		Белки, г	Жиры, г
Омлет запеченный или паровой	150	15.51	16.98
Какао с молоком	180	3.71	3.56
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62
Яблоко	155	0.62	0.62
Гренки (сухарики)	40	3.17	0.43
Суп молочный с морковью и манной крупой	180	4.46	6.17
Картофельное пюре	130	2.85	4.16
Суфле из рыбы(минтай)	70	6.65	3.32
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60
Салат из капусты белокочанной и свеклы (2-й вариант)	50	0.80	3.55
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32
Чай черный	180	0.04	0.02
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20
Слойка	47	0.00	0.00

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер _____
(подпись) (расшифр)

Руководитель _____ Горохова О./
(подпись) (расшифр)

ЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ				
Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2	С
2.78	226.16	0.090	0.555	0.540
12.78	97.70	0.036	0.144	1.170
11.48	99.36	0.060	0.006	0.000
15.19	72.85	0.000	0.000	15.500
18.24	95.52	0.096	0.000	0.000
14.81	133.99	0.090	0.216	4.968
19.66	127.78	0.143	0.117	23.283
2.76	67.36	0.028	0.084	0.322
12.80	48.67	0.000	0.000	0.090
16.70	82.50	0.000	0.000	1.150
2.95	47.00	0.015	0.015	10.900
22.54	167.20	0.150	0.120	0.780
7.56	28.93	0.000	0.000	0.018
9.66	42.72	0.000	0.000	0.000
0.00	0.00	0.000	0.000	0.000

овка подписи)

А. _____

овка подписи)

МЕНЮ
на 22.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

Витамины и м

Fe	Ca	A	Mg	D
ЗАВТРАК				
2.865	112.275	0.315	19.290	2.550
1.098	118.458	0.018	32.706	0.054
0.582	8.340	0.027	0.024	0.078
ЗАВТРАК 2				
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
ОБЕД				
0.912	11.040	0.000	0.000	0.000
0.648	151.686	1.458	43.074	0.108
1.066	33.358	0.026	28.951	0.065
0.273	33.579	0.035	4.368	0.224
0.036	8.856	0.000	1.890	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.450	23.000	0.000	0.000	0.000
ПОЛДНИК				
1.050	90.405	0.030	43.995	0.075
0.180	9.216	0.000	2.592	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

минералы, мг

К	Р	І	Se	F
218.850	254.250	0.030	0.030	0.075
199.548	110.484	0.000	0.000	0.126
1.800	1.800	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
305.712	140.454	0.018	0.000	0.090
681.343	83.746	0.013	0.000	0.039
47.271	38.584	0.007	0.000	0.007
0.342	0.000	0.000	0.000	0.180
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
177.915	143.685	0.000	0.000	0.105
4.698	1.494	0.000	0.000	0.180
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

			Стоимость
Car	Ne	Re	
			41.2
			7.6
			8.1
			17.9
			2.4
			15.3
			12.4
			28.9
			2.1
			2.5
			3.1
			8.8
			0.4
			1.0
			37.6

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Суп молочный с морковью и манной крупой	0	0.00	0.00	0.00
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63
Суфле из рыбы(минтай)	50	4.75	2.37	1.98
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36

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
0.00	0.000	0.000	0.000	0.000
108.12	0.121	0.099	19.701	0.902
48.12	0.020	0.060	0.230	0.195
48.67	0.000	0.000	0.090	0.036
66.00	0.000	0.000	0.920	0.000

МЕНЮ
на 22.01.2025
СОТРУДНИКИ

Витамины и минералы, мг

Ca	A	Mg	D	K
ОБЕД				
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
28.226	0.022	24.497	0.055	576.521
23.985	0.025	3.120	0.160	33.765
8.856	0.000	1.890	0.000	0.342
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

P	I	Se	F	Car
0.000	0.000	0.000	0.000	
70.862	0.011	0.000	0.033	
27.560	0.005	0.000	0.005	
0.000	0.000	0.000	0.180	
0.000	0.000	0.000	0.000	

		Стоимость
№	Ре	
		0.0
		10.3
		20.7
		2.1
		2.0

Наименование блюда	Масса порции, г	Пи	
		Белки, г	Жиры, г
Омлет запеченный или паровой	130	13.44	14.72
Какао с молоком	150	3.09	2.97
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08
Яблоко	80	0.32	0.32
Гренки (сухарики)	20	1.58	0.22
Суп молочный с морковью и манной крупой	150	3.72	5.14
Картофельное пюре	110	2.41	3.52
Суфле из рыбы(минтай)	50	4.75	2.37
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48
Салат из капусты белокочанной и свеклы (2-й вариант)	30	0.48	2.13
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32
Чай черный	150	0.03	0.02
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20
печенье	24	1.78	2.26

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер _____
(подпись) (расшифр)

Руководитель _____ Горохова О./
(подпись) (расшифр)

ЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ				
Углеводы, г	Калорийность, ккал	B1	B2	C
2.40	196.00	0.078	0.481	0.468
10.65	81.42	0.030	0.120	0.975
7.65	66.24	0.040	0.004	0.000
7.84	37.60	0.000	0.000	8.000
9.12	47.76	0.048	0.000	0.000
12.34	111.66	0.075	0.180	4.140
16.63	108.12	0.121	0.099	19.701
1.98	48.12	0.020	0.060	0.230
10.66	40.56	0.000	0.000	0.075
13.36	66.00	0.000	0.000	0.920
1.77	28.20	0.009	0.009	6.540
22.54	167.20	0.150	0.120	0.780
6.30	24.10	0.000	0.000	0.015
9.66	42.72	0.000	0.000	0.000
17.54	97.68			0.000

_____ (овка подписи)

А. _____
(овка подписи)

МЕНЮ
на 22.01.2025
ЯСЛИ

Витамины и м

Fe	Ca	A	Mg	D
ЗАВТРАК				
2.483	97.305	0.273	16.718	2.210
0.915	98.715	0.015	27.255	0.045
0.388	5.560	0.018	0.016	0.052
ЗАВТРАК 2				
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
ОБЕД				
0.456	5.520	0.000	0.000	0.000
0.540	126.405	1.215	35.895	0.090
0.902	28.226	0.022	24.497	0.055
0.195	23.985	0.025	3.120	0.160
0.030	7.380	0.000	1.575	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.270	13.800	0.000	0.000	0.000
ПОЛДНИК				
1.050	90.405	0.030	43.995	0.075
0.150	7.680	0.000	2.160	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

минералы, мг

К	Р	І	Se	F
189.670	220.350	0.026	0.026	0.065
166.290	92.070	0.000	0.000	0.105
1.200	1.200	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
254.760	117.045	0.015	0.000	0.075
576.521	70.862	0.011	0.000	0.033
33.765	27.560	0.005	0.000	0.005
0.285	0.000	0.000	0.000	0.150
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
177.915	143.685	0.000	0.000	0.105
3.915	1.245	0.000	0.000	0.150
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

			Стоимость
Car	Ne	Re	
			35.8
			6.4
			5.9
			9.3
			1.2
			12.6
			10.3
			20.7
			1.7
			2.0
			1.6
			8.8
			0.4
			1.0
			0.0

МЕНЮ
на 22.01.2025
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Омлет запеченный или паровой	130	13.44	14.72	2.40	196.00	0.468
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	80	0.32	0.32	7.84	37.60	8.000
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	20	1.58	0.22	9.12	47.76	0.000
Суп молочный с морковью и манной крупой	150	3.72	5.14	12.34	111.66	4.140
Картофельное пюре	110	2.41	3.52	16.63	108.12	19.701
Суфле из рыбы(минтай)	50	4.75	2.37	1.98	48.12	0.230
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из капусты белокачанной и свеклы ()	30	0.48	2.13	1.77	28.20	6.540
ПОЛДНИК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
печенье	24	1.78	2.26	17.54	97.68	0.000

МЕНЮ
на 22.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Омлет запеченный или паровой	150	15.51	16.98	2.78	226.16	0.540
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	155	0.62	0.62	15.19	72.85	15.500
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	40	3.17	0.43	18.24	95.52	0.000
Суп молочный с морковью и манной крупой	180	4.46	6.17	14.81	133.99	4.968
Картофельное пюре	130	2.85	4.16	19.66	127.78	23.283
Суфле из рыбы(минтай)	70	6.65	3.32	2.76	67.36	0.322
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из капусты белокачанной и свеклы ()	50	0.80	3.55	2.95	47.00	10.900
ПОЛДНИК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Слойка	47	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000