

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Запеканка из творога с рисом	150	18.98
Молоко кипяченое	180	5.22
Соус молочный сладкий	30	0.79
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
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и джемом	70	4.54

Рекомендации родителям по организации питания детей дома _____

Бухгалтер _____
(подпись)

Руководитель _____
(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
17.22	28.76	419.92	0.090	0.075
4.50	8.64	95.40	0.072	0.270
1.60	4.90	36.81	0.015	0.039
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
3.66	32.45	181.89	0.154	0.189

(расшифровка подписи)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 28.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

С	Fe	Ca	A	Mg
ЗАВТРАК				
0.015	0.765	26.295	0.030	29.235
2.340	0.180	216.000		
0.300	0.048	27.717	0.009	3.231
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
2.023	0.784	22.463	0.630	14.539

Витамины и минералы, мг

D	K	P	I	Se
0.210	94.815	98.490	0.000	0.000
0.027	33.300	20.610	0.003	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
0.140	100.464	39.739	0.000	0.000

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.075				40.2
				0.0
0.012				2.8
0.000				6.3
0.000				5.6
0.252				10.8
0.039				12.0
0.010	0.000	0.000	0.000	24.4
0.000				2.5
0.216				4.7
				1.0
0.090				10.8
0.000				1.0
0.108				6.6
0.021				8.7

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 28.01.2025
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	
		10.3
0.000	0.000	17.2
		2.0
		4.7
		1.0

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Запеканка из творога с рисом	130	16.44
Молоко кипяченое	150	4.35
Соус молочный сладкий	20	0.52
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
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	70	4.55
Хлеб ржаной	40	2.64
Напиток из шиповника	150	0.38
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52
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
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и джемом	50	3.24

Рекомендации родителям по организации питания детей дома _____

Бухгалтер _____
(подпись)

Руководитель _____
(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
14.92	24.92	363.94	0.078	0.065
3.75	7.20	79.50	0.060	0.225
1.07	3.26	24.54	0.010	0.026
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
2.04	4.06	52.96	0.028	0.063
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
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
2.62	23.18	129.92	0.110	0.135

(расшифровка подписи)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 28.01.2025
ЯСЛИ

С	Fe	Ca	A	Mg
ЗАВТРАК				
0.013	0.663	22.789	0.026	25.337
1.950	0.150	180.000		
0.200	0.032	18.478	0.006	2.154
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
0.476	0.077	42.000	0.007	4.900
0.920	0.000	0.000	0.000	0.000
112.575	0.375	14.790	0.090	3.630
0.000				
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
1.445	0.560	16.045	0.450	10.385

Витамины и минералы, мг

D	K	P	I	Se
0.182	82.173	85.358	0.000	0.000
0.018	22.200	13.740	0.002	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
0.021	51.100	31.514	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
0.000	5.910	1.920	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
0.100	71.760	28.385	0.000	0.000

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.065				32.5
				0.0
0.008				1.8
0.000				4.1
0.000				3.1
0.210				8.6
0.033				10.0
0.007	0.000	0.000	0.000	17.2
0.000				2.0
0.180				3.9
				1.0
0.075				9.0
0.000				1.0
0.090				5.5
0.015				6.2

МЕНЮ
на 28.01.2025
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с рисом	130	16.44	14.92	24.92	363.94	0.013
Молоко кипяченое	150	4.35	3.75	7.20	79.50	1.950
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
Бутерброды с джемом или повидлом	20	0.57	1.43	10.87	58.67	0.066
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	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
Рыба, запеченная(минтай) в молочном соусе	70	4.55	2.04	4.06	52.96	0.476
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
ПОЛДНИК						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)	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
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	50	3.24	2.62	23.18	129.92	1.445

МЕНЮ
на 28.01.2025
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с рисом	150	18.98	17.22	28.76	419.92	0.015
Молоко кипяченое	180	5.22	4.50	8.64	95.40	2.340
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
Бутерброды с джемом или повидлом	30	0.85	2.15	16.30	88.00	0.099
ОБЕД						
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	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 соусе	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-кукурузная)	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
Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	70	4.54	3.66	32.45	181.89	2.023