

Меню (7)



на 23 ноября 2021 года

Меню на питание детей в возрасте от 3-х до 7-ми лет.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда в граммах | Пищевые вещества, г. | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С, мг | № рецептуры |
|---------------------------------|---------------------------------------|-----------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|--|
| | | | Белки | жиры | углеводы | | | |
| Завтрак | Каша гречневая молочная | 200 | 6,21 | 5,28 | 27,9 | 184 | - | Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. Сборник технологических нормативов, сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В. А. Сборник №299, 2016 г. |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 | 1,17 | |
| | Бутерброд с маслом сливочным, сыром | 40/5/10 | 5,06 | 7,27 | 14,62 | 162,25 | 0,19 | |
| | Итого по приему пищи: | | 14,12 | 14,96 | 56,88 | 437,25 | 1,36 | |
| 2 завтрак-Груша - Итого: | | 180 | 0,72 | 0,54 | 19,62 | 75,6 | 6,48 | |
| Обед | Салат из моркови | 60 | 0,74 | 0,05 | 6,96 | 31,38 | 2,88 | |
| | Суп молочный с овощами | 250 | 5,65 | 5,43 | 16,43 | 137 | 9,6 | |
| | Печень тушеная в сметане | 55/40 | 12,28 | 7,07 | 8,57 | 144,94 | 28,35 | |
| | Макаронь отварные | 100 | 3,67 | 3,01 | 17,63 | 112 | - | |
| | Кисель из концентрата | 200 | - | - | 18 | 60 | - | |
| | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | 2,5 | 0,5 | 21,25 | 102,0 | - | |
| | Итого по приему пищи: | | 24,1 | 16,01 | 88,84 | 587,32 | 38,35 | |
| Полдник | Ряженка с м.д.ж 2,5-3,2% | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 | 0,54 | |
| | Вафли | 30 | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | - | |
| | Итого по приему пищи: | | 6,22 | 13,3 | 26,36 | 246,2 | 0,54 | |
| Ужин | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,84 | 3,64 | 5,41 | 52,44 | 19,47 | |
| | Рыба, запеченная в омлете | 70 | 11,11 | 3,82 | 2,24 | 82 | 0,26 | |
| | Картофель отварной | 155 | 2,65 | 4,17 | 24,08 | 146 | 21,98 | |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,02 | 11,98 | 43 | 0,03 | |
| | Батон нарезной | 40 | 2,84 | 0,44 | 18,56 | 91,6 | - | |
| | Итого по приему пищи: | | 17,5 | 12,09 | 62,27 | 415,04 | 41,74 | |
| Итого за день: | | | 62,66 | 56,9 | 253,9 | 1761,38 | 88,47 | |

Стоимость питания на одного ребенка (полный день) – 95,95 рублей.

г. Тверь

Основание: Контракт (договор) - 2021 г.

Руководитель: А.В.Попков

Зам. Главного бухгалтера: Лавренова С.Е. Лавренова

Заведующий производством (Шеф повар)