Меню на 21.11.2022

Прием пищи						
	Наименование блюд	Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак 8:30-9:00						
1	Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34	21,63
2	Капуста тушеная	120	2,58	4,56	12,96	151,72
3	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
4	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	3,13	3,84	0,04	47,19
6	Какао с молоком	200	3,19	2,77	13,84	83,68
	итого	***417***	***17,7***	***21,47***	***39,97***	***414,22***
Второй завтрак 10:30-11:00						
1	Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	95
	итого	***100***	***1,5***	***0,5***	***21***	***95***
Обед 12:00-13:00						
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,43	3,44	14,83	101,92
2	Птица тушеная	80	4,41	7,62	8,35	184
3	Пюре картофельное	130	2,69	4,55	18,1	128,65
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	0,55	0,1	1,9	11
5	Хлеб пшеничный формовой	25	1,49	0,58	7,44	42,35
6	Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4	121
7	Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07	57,81
	итого	***715***	***15,88***	***16,8***	***89,09***	***646,73***
Полдник 15:00						
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	5,03	9,6	41,13	166,88
2	Кисломолочный продукт	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	итого	***260***	***10,07***	***14,1***	***48,33***	***262,28***
Ужин 17:30						
1	Каша "Дружба"	200	5,37	12,4	37,2	253
2	Хлеб пшеничный формовой	50	2,55	0,99	12,75	72,6
6	Чай с сахаром с лимоном	200	0,12	0,03	8,02	28,03
	итого	***450***	***8,04***	***13,42***	***57,97***	***353,63***
	Соль пищевая поваренная йодированная	**5**				
	ИТОГО за целый день	**1942**	**53,19**	**66,29**	**256,36**	**1771,86**

Заведующий МАДОУ № 199 Ломова И.Э.

Ломова Ирина Эдуардовна

Подписан: Ломова Ирина Эдуардовна
DN: ИНН=616300063478, СНИЛС=05609419366, E=madoy199@yandex.ru, C=RU, S=Ростовская область, L=Ростов-на-Дону, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ ""ДЕТСКИЙ САД № 199""", G=Ирина Эдуардовна, SN=Ломова, CN=Ломова Ирина Эдуардовна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место вашего подписания
Дата: 2022-11-23 10:28:53
Foxit Reader Версия: 9.5.0