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: 2022-12-08 13:18:33
Foxit Reader Версия: 9.5.0

Меню на 13.12.2022

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак 8:30-9:00						
1	Суп молочный с крупой пшеничной	200	5,21	4,98	18,75	209,82
2	Хлеб пшеничный формовой	40	3,4	1,32	17	96,8
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
	Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34	21,63
4	Чай с сахаром с лимоном	200	0,12	0,03	8,02	28,03
	итого	***494***	***14,98***	***15,64***	***44,15***	***393,68***
Второй завтрак 10:30-11:00						
1	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18	101,93
	итого	***180***	***0,9***	***0,18***	***18***	***101,93***
Обед 12:00-13:00						
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	9,84	10,21	15,2	152,46
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	80	3,6	6,16	18,8	155
3	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,07	5,67	31,9	183,2
4	Овощи (порциями)	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	***685***	***27,86***	***23,23***	***113,71***	***722,82***
Полдник 15:00						
1	Вафли	30	1,4	5,4	12,4	104
2	Кисломолочный продукт	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	итого	***210***	***6,44***	***9,9***	***19,6***	***199,4***
Ужин 17:30						
1	Сырники из творога запеченные	120	4,4	13,2	23,7	231
2	Соус сметанный	30	0,43	1,5	1,76	22,2
3	Хлеб пшеничный формовой	40	3,4	1,32	17	96,8
4	Фрукты свежие	100	0,26	0,17	11,47	52
5	Какао с молоком	200	3,19	2,77	13,84	83,65
	итого	***490***	***11,68***	***18,96***	***67,77***	***485,65***
	Соль пищевая поваренная йодированная	5				
	ИТОГО за целый день	**2059**	**61,86**	**67,91**	**263,23**	**1903,48**

Заведующий МАДОУ № 199 Ломова И.Э.

МАДОУ № 199