Ломова Ирина Эдуардовна

Подписан: Ломова Ирина Эдуардовна
DN: C=RU, S=Ростовская область, L=Ростов-на-Дону, T=Заведующий, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ "" ДЕТСКИЙ САД № 199"", СНИЛС=05609419366, ИНН=616300063478, E=madoy199@yandex.ru, G=Ирина Эдуардовна, SN=Ломова, CN=Ломова Ирина Эдуардовна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место вашего подписания
Дата: 2023-02-09 12:39:46
Foxit Reader Версия: 9.5.0

Меню на 07.02.2023

Прием пищи						
	Наименование блюд	**Масса порции в граммах**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**
Завтрак 8:30-9:00						
1	Запеканка из творога	120	6,38	16,2	24,04	187,14
2	Соус молочный сладкий	50	3,3	3,18	7,86	35,3
3	Хлеб пшеничный формовой	40	3,4	1,32	17	96,8
4	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
5	Чай с сахаром с лимоном	200	0,12	0,03	8,02	28,03
	итого	***415***	***13,23***	***24,36***	***56,96***	***384,67***
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	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,66	5,39	11,73	92,75
2	Оладьи из печени по-кунцевски	80	4,8	1,86	5,04	228
3	Картофель отварной с маслом	130	2,63	4,15	31,23	137,5
4	Овощи (порциями)	50	0,35	0,05	0,95	6
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***	***15,24***	***12,54***	***94,86***	***685,41***
Полдник 15:00						
1	Булочка домашняя	70	5,74	10	39,09	202,63
2	Кисломолочный продукт	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	итого	***250***	***10,78***	***14,5***	***46,29***	***298,03***
Ужин 17:30						
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	6,93	7,59	25,9	200,23
2	Хлеб пшеничный формовой	40	3,4	1,32	17	96,8
3	Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34	121,63
6	Какао с молоком	200	3,19	2,77	13,84	83,68
	итого	***489***	***19,74***	***17,36***	***57,08***	***502,34***
	Соль пищевая поваренная йодированная	**5**				
	ИТОГО за целый день	**1969**	**60,49**	**69,26**	**276,19**	**1965,45**

Заведующий МАДОУ № 199 Ломова И.Э.