

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ г.Нягани"Д/с №5"Дубравушка"
/Копомейцева И. А./



МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

ПИТАНИЕ ПРИ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ С 2 до 3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,1	5,2	24,5	153	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
		ДЖЕМ	5			3,5	14	0,8
2008		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	40/50	14,6	14,7	2,7	198	0,7
		ЛУК (АРОМАТЕРАПИЯ)	4			0,3	1	0,1
Итого			449	18,4	20,1	53,6	466	1,6
II Завтрак								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	15,9	67	50,7
Итого			150	0,3	0,1	15,9	67	50,7
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,4	1	2,7	22	3,1
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С МЯСОМ	150	4,4	5,6	15,4	128	3,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	16,8	113	8,2
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	10,8	11,1	8,1	175	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	1,2	0,2	6,5	34	0
Итого			550	21,2	21,8	83,3	617	15,3
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,1		11,8	48	0
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			195	0,9	1	35	154	0
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,3	5,4	93,9	100	23
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	50	5,8	12,4	4,9	155	0,7
2012	375	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,2	0,1	18,3	76	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			420	11,8	18,1	132,7	406	26,8
Всего				52,6	61,1	320,5	1710	94,4

Медицинская сестра

С. Фед

Зав. производством

И. К.

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ г.Нягани "Д/с №5" Дубравушка"
/Коломейцева И. А./



МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

ПИТАНИЕ ПРИ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ с3 до 7

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,6	6,2	29,5	185	0
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	45/50	14,4	15,3	2,6	205	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
		ДЖЕМ	10	0,1		7,1	28	1,6
2008		БАТОН	40	3,2	0,4	19,6	95	0
		ЛУК (АРОМАТЕРАПИЯ)	4			0,3	1	0,1
Итого			509	20,4	21,9	71,9	566	1,7
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	16,7	80	60
Итого			150	0,5	0,2	16,7	80	60
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,4	1	2,7	22	3,1
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С МЯСОМ	180	5,1	6,7	18,5	154	4,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,4	19,9	133	9,7
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	10,8	11,1	8,1	175	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	118	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	20,1	95	0
2008		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	1,6	0,3	8,2	42	0
Итого			660	24,3	23,8	106	739	17,5
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,4	58	0
2008		ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177	0
Итого			250	1,5	1,7	53,1	235	0
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,3	5,4	93,9	100	23
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	50	5,8	12,4	4,9	155	0,7
2012	375	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,2	0,1	20,6	85	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	20,1	95	0
Итого			450	12,5	18,1	140	439	27
Всего				59,2	65,7	387,7	2059	106,2

Медицинская сестра _____

Зав. производством _____