

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|------------------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | Р, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | F, мг | | | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1.6 | 8.8 | 10.4 | 127.2 | 0.06 | 0.00 | 0.07 | 0.22 | 0.15 | 0.02 | 5.00 | 2.60 | 14.90 | 0.22 | 19.90 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 1 | 2012 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5.4 | 6.5 | 19.4 | 158.8 | 0.04 | 0.67 | 0.04 | 0.09 | 0.06 | 0.15 | 140.15 | 19.08 | 131.11 | 0.75 | 225.54 | 11.61 | 0.00 | 0.01 | 189 | 2008 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0.1 | 0.0 | 10.0 | 41.5 | 0.02 | 1.13 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10.79 | 2.96 | 2.88 | 0.20 | 17.20 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK№038 | |
| Итого за прием пищи: | 378 | 7.1 | 15.4 | 39.7 | 327.5 | 0.12 | 1.80 | 0.11 | 0.31 | 0.21 | 0.17 | 155.94 | 24.64 | 148.89 | 1.17 | 262.64 | 11.61 | 0.00 | 0.01 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0.6 | 0.6 | 14.8 | 66.3 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 10.80 | 14.90 | 3.00 | 417.00 | 3.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0.6 | 0.6 | 14.8 | 66.3 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 10.80 | 14.90 | 3.00 | 417.00 | 3.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 5.2 | 0.00 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.30 | 5.00 | 8.60 | 0.20 | 56.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/10 | 3.2 | 2.7 | 9.1 | 73.4 | 0.06 | 4.03 | 0.13 | 0.41 | 0.03 | 0.04 | 19.12 | 12.71 | 45.90 | 0.73 | 290.34 | 3.32 | 0.02 | 0.00 | 85 | 2012 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 10.2 | 4.7 | 2.6 | 92.9 | 0.05 | 0.30 | 0.04 | 1.15 | 0.22 | 0.07 | 33.15 | 17.37 | 131.23 | 0.49 | 223.76 | 77.25 | 0.35 | 0.01 | 268 | 2012 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2.6 | 4.9 | 16.5 | 120.7 | 0.10 | 7.50 | 0.82 | 0.44 | 0.08 | 0.10 | 42.35 | 21.25 | 74.45 | 1.13 | 572.14 | 7.44 | 0.04 | 0.00 | 322 | 2012 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0.1 | 0.1 | 19.7 | 80.7 | 0.00 | 0.80 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 0.00 | 9.10 | 2.80 | 1.90 | 0.40 | 53.00 | 0.40 | 0.00 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.4 | 74.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.76 | 6.24 | 28.32 | 1.20 | 48.96 | 1.92 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 576 | 18.8 | 12.6 | 63.9 | 447.4 | 0.21 | 13.43 | 0.99 | 2.82 | 0.33 | 0.21 | 117.78 | 65.37 | 290.40 | 4.15 | 1 244.60 | 90.33 | 0.41 | 0.01 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 160 | 14.4 | 13.8 | 26.6 | 288.5 | 0.07 | 1.02 | 0.32 | 0.42 | 0.03 | 0.11 | 21.55 | 28.44 | 156.81 | 1.46 | 202.79 | 5.35 | 0.11 | 0.02 | 304 | 2012 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0.0 | 0.0 | 4.9 | 19.8 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.25 | 1.96 | 1.49 | 0.14 | 5.50 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 50 | 9.5 | 7.6 | 26.4 | 213.0 | 0.04 | 0.10 | 0.04 | 1.40 | 0.15 | 0.10 | 59.87 | 8.48 | 95.56 | 0.56 | 95.57 | 2.46 | 0.02 | 0.02 | 479 | 2008 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1.9 | 0.9 | 12.9 | 65.8 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 4.28 | 2.90 | 14.70 | 0.25 | 23.13 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK№004 | |
| Итого за прием пищи: | 390 | 25.8 | 22.3 | 70.7 | 587.2 | 0.11 | 1.13 | 0.36 | 1.82 | 0.18 | 0.21 | 91.95 | 41.78 | 268.56 | 2.41 | 326.99 | 7.81 | 0.13 | 0.04 | | |
| Всего за день: | | 52.3 | 50.9 | 189.2 | 1 428.3 | 0.44 | 22.36 | 1.46 | 5.85 | 0.72 | 0.59 | 387.27 | 142.59 | 722.75 | 10.73 | 2 251.23 | 112.75 | 0.54 | 0.06 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | Р, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 4.1 | 4.1 | 9.3 | 90.8 | 0.05 | 0.08 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.05 | 109.02 | 6.54 | 71.70 | 0.30 | 27.12 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3 | 2012 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5.0 | 6.5 | 23.1 | 172.2 | 0.02 | 0.67 | 0.04 | 0.18 | 0.06 | 0.14 | 135.25 | 19.36 | 120.56 | 0.29 | 208.89 | 11.89 | 0.01 | 0.00 | 189 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 5.4 | 4.6 | 13.9 | 120.1 | 0.00 | 1.01 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.21 | 196.53 | 17.27 | 140.51 | 0.52 | 289.98 | 17.10 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 365 | 14.6 | 15.2 | 46.3 | 383.1 | 0.07 | 1.76 | 0.11 | 0.22 | 0.06 | 0.40 | 440.80 | 43.17 | 332.77 | 1.11 | 525.99 | 28.99 | 0.01 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ (СОК ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0.4 | 0.1 | 1.5 | 9.6 | 0.00 | 4.00 | 0.10 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 5.00 | 7.20 | 9.40 | 0.40 | 116.00 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4.1 | 3.3 | 11.9 | 93.6 | 0.06 | 4.53 | 0.14 | 0.49 | 0.00 | 0.05 | 18.06 | 14.30 | 54.43 | 0.81 | 315.20 | 3.56 | 0.03 | 0.00 | 82 | 2012 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 160 | 19.9 | 9.1 | 10.7 | 226.0 | 0.24 | 14.82 | 6.30 | 1.73 | 0.30 | 1.59 | 26.54 | 25.26 | 304.57 | 6.30 | 373.00 | 9.67 | 0.20 | 0.03 | 294 | 2012 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0.7 | 0.3 | 14.7 | 77.2 | 0.01 | 84.00 | 0.17 | 0.00 | 0.00 | 0.05 | 17.51 | 4.56 | 3.21 | 0.57 | 11.10 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK№027 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.4 | 74.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.76 | 6.24 | 28.32 | 1.20 | 48.96 | 1.92 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 547 | 27.5 | 13.1 | 54.1 | 480.8 | 0.31 | 107.35 | 6.71 | 3.14 | 0.30 | 1.69 | 72.87 | 57.56 | 399.93 | 9.28 | 864.26 | 15.95 | 0.23 | 0.03 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 50 | 8.1 | 2.1 | 2.2 | 59.8 | 0.04 | 0.74 | 0.03 | 0.47 | 0.02 | 0.07 | 44.83 | 16.09 | 113.79 | 0.32 | 217.25 | 64.83 | 0.29 | 0.01 | 246 | 2012 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2.6 | 2.3 | 18.2 | 104.2 | 0.10 | 8.88 | 0.01 | 0.15 | 0.03 | 0.08 | 27.51 | 24.13 | 69.71 | 1.01 | 649.19 | 6.99 | 0.03 | 0.00 | 321 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0.1 | 0.1 | 18.1 | 75.0 | 0.00 | 1.20 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 9.40 | 3.40 | 3.00 | 0.60 | 84.00 | 0.60 | 0.00 | 0.00 | | |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4.3 | 4.1 | 23.1 | 145.9 | 0.04 | 0.16 | 0.01 | 1.26 | 0.00 | 0.05 | 37.57 | 7.34 | 48.56 | 0.34 | 85.84 | 3.20 | 0.01 | 0.01 | 477 | 2008 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 34 | 2.6 | 1.0 | 17.5 | 89.1 | 0.10 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 6.46 | 4.42 | 22.10 | 0.34 | 31.28 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK №004 | |
| Итого за прием пищи: | 394 | 17.6 | 9.5 | 79.1 | 474.0 | 0.28 | 10.98 | 0.05 | 2.08 | 0.05 | 0.21 | 125.77 | 55.38 | 257.16 | 2.61 | 1 067.56 | 75.62 | 0.33 | 0.02 | | |
| Всего за день: | | 60.6 | 37.8 | 224.1 | 1 521.4 | 0.66 | 136.29 | 7.05 | 5.44 | 0.41 | 2.30 | 652.94 | 174.11 | 1 030.36 | 13.54 | 2 457.81 | 120.56 | 0.57 | 0.05 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021(15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|------------------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | F, мг | | | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1.2 | 3.8 | 15.8 | 100.5 | 0.06 | 4.40 | 0.03 | 0.09 | 0.06 | 0.00 | 5.75 | 3.49 | 12.27 | 0.22 | 29.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2 | 2012 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 30 | 0.9 | 1.6 | 1.8 | 24.3 | 0.00 | 1.40 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | 5.70 | 5.70 | 16.20 | 0.20 | 30.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10 | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 120 | 15.0 | 19.1 | 2.4 | 241.1 | 0.06 | 0.18 | 0.31 | 4.67 | 2.51 | 0.47 | 91.71 | 15.06 | 221.71 | 2.59 | 209.56 | 25.87 | 0.05 | 0.04 | 214 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5.6 | 4.6 | 16.2 | 130.2 | 0.01 | 0.99 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.20 | 196.74 | 15.81 | 146.33 | 0.34 | 291.19 | 17.10 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 360 | 22.8 | 29.0 | 36.2 | 496.1 | 0.13 | 6.97 | 0.37 | 5.66 | 2.57 | 0.67 | 299.90 | 40.06 | 396.51 | 3.35 | 561.15 | 42.97 | 0.05 | 0.04 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 80 | 0.3 | 0.3 | 8.2 | 37.5 | 0.00 | 1.59 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 0.00 | 13.66 | 8.62 | 11.49 | 1.43 | 123.66 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 80 | 0.3 | 0.3 | 8.2 | 37.5 | 0.00 | 1.59 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 0.00 | 13.66 | 8.62 | 11.49 | 1.43 | 123.66 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 1.0 | 5.6 | 0.00 | 1.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.30 | 5.00 | 15.10 | 0.40 | 56.40 | 1.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 3.2 | 3.5 | 5.5 | 68.4 | 0.04 | 7.98 | 0.18 | 0.62 | 0.00 | 0.05 | 31.59 | 8.85 | 43.28 | 0.81 | 239.07 | 3.62 | 0.02 | 0.00 | 67 | 2012 |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 50/50 | 9.9 | 10.7 | 3.5 | 150.0 | 0.03 | 0.67 | 0.35 | 0.49 | 0.05 | 0.07 | 17.01 | 12.04 | 92.79 | 1.37 | 219.70 | 4.84 | 0.03 | 0.00 | 277 | 2012 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 4.9 | 5.9 | 22.3 | 161.9 | 0.13 | 0.00 | 0.02 | 2.80 | 0.09 | 0.08 | 11.56 | 72.90 | 108.57 | 2.54 | 153.50 | 1.32 | 0.01 | 0.00 | 181 | 2008 |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/15 | 0.2 | 0.1 | 11.0 | 43.1 | 0.02 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 9.53 | 4.37 | 5.60 | 0.44 | 28.84 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 392 | 2012 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.4 | 74.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.76 | 6.24 | 28.32 | 1.20 | 48.96 | 1.92 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 616 | 20.9 | 20.5 | 58.6 | 503.4 | 0.22 | 10.45 | 0.55 | 4.63 | 0.14 | 0.21 | 83.75 | 109.40 | 293.66 | 6.76 | 746.47 | 12.90 | 0.06 | 0.00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 15.1 | 19.1 | 10.6 | 275.6 | 0.07 | 22.23 | 0.00 | 4.07 | 0.00 | 0.11 | 64.50 | 16.53 | 149.80 | 2.70 | 465.16 | 8.84 | 0.04 | 0.00 | 306 | 2008 |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3.5 | 4.9 | 28.5 | 171.6 | 0.04 | 0.00 | 0.01 | 1.12 | 0.06 | 0.01 | 7.73 | 5.11 | 28.80 | 0.34 | 43.81 | 0.70 | 0.01 | 0.01 | 467 | 2008 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0.1 | 0.0 | 13.5 | 56.6 | 0.04 | 1.92 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 11.09 | 2.42 | 2.38 | 0.11 | 20.45 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. | 100 | 2.8 | 2.5 | 4.5 | 56.5 | 0.00 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 102.00 | 11.20 | 76.00 | 0.00 | 146.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.5 | 0.7 | 10.2 | 52.3 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3.39 | 2.30 | 11.68 | 0.20 | 18.35 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TKN#004 | |
| Итого за прием пищи: | 490 | 23.0 | 27.2 | 67.3 | 612.6 | 0.15 | 24.45 | 0.01 | 5.19 | 0.06 | 0.22 | 188.71 | 37.56 | 268.66 | 3.35 | 693.77 | 9.54 | 0.05 | 0.01 | | |
| Всего за день: | | 66.9 | 76.9 | 170.3 | 1 649.6 | 0.50 | 43.46 | 0.93 | 15.75 | 2.77 | 1.10 | 586.02 | 195.64 | 970.32 | 14.89 | 2 125.05 | 66.21 | 0.16 | 0.05 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | | |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|-----------------|---------------|-------------|------------------|-------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | | | F, мг | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1.6 | 8.8 | 10.4 | 127.2 | 0.06 | 0.00 | 0.07 | 0.22 | 0.15 | 0.02 | 5.00 | 2.60 | 14.90 | 0.22 | 19.90 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 1 | 2012 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5.6 | 7.3 | 18.5 | 162.8 | 0.05 | 0.67 | 0.04 | 0.60 | 0.06 | 0.15 | 140.65 | 28.99 | 140.93 | 0.69 | 241.87 | 12.57 | 0.01 | 0.00 | 189 | 2008 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5.6 | 4.7 | 14.4 | 123.7 | 0.00 | 0.94 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.19 | 186.57 | 22.89 | 142.57 | 0.57 | 296.20 | 16.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 365 | 12.7 | 20.8 | 43.3 | 413.7 | 0.11 | 1.61 | 0.14 | 0.82 | 0.21 | 0.36 | 332.22 | 54.48 | 298.40 | 1.48 | 557.97 | 28.77 | 0.01 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ (СОК ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 40 | 0.6 | 6.1 | 4.8 | 76.8 | 0.00 | 1.20 | 0.00 | 2.60 | 0.00 | 0.00 | 5.90 | 2.30 | 4.70 | 0.20 | 49.60 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 43 | 2008 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3.2 | 3.5 | 7.7 | 77.1 | 0.03 | 5.16 | 0.18 | 0.64 | 0.00 | 0.06 | 30.29 | 10.98 | 45.51 | 0.87 | 259.13 | 4.73 | 0.01 | 0.00 | 57 | 2012 |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 60 | 9.5 | 3.0 | 5.2 | 85.9 | 0.06 | 0.30 | 0.03 | 0.59 | 0.12 | 0.07 | 35.14 | 16.71 | 121.94 | 0.41 | 213.85 | 71.09 | 0.32 | 0.01 | 269 | 2012 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1.3 | 1.0 | 5.4 | 38.6 | 0.04 | 4.45 | 0.61 | 0.32 | 0.00 | 0.04 | 31.25 | 5.00 | 29.65 | 0.52 | 113.07 | 2.64 | 0.02 | 0.00 | 129 | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0.1 | 0.0 | 5.0 | 20.6 | 0.00 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 7.59 | 3.15 | 3.71 | 0.37 | 12.94 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.3 | 73.4 | 0.07 | 0.00 | 0.00 | 0.79 | 0.00 | 0.03 | 6.48 | 6.84 | 31.32 | 1.44 | 48.96 | 2.02 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 576 | 17.1 | 13.8 | 43.4 | 372.3 | 0.20 | 11.13 | 0.82 | 4.94 | 0.12 | 0.21 | 116.65 | 44.98 | 236.83 | 3.81 | 697.55 | 80.78 | 0.35 | 0.01 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 21.2 | 15.4 | 17.3 | 304.3 | 0.02 | 0.24 | 0.07 | 1.49 | 0.06 | 0.24 | 173.43 | 15.15 | 225.34 | 0.79 | 168.20 | 2.12 | 0.03 | 0.02 | 237 | 2012 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4.4 | 3.0 | 7.3 | 74.2 | 0.10 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 161.20 | 17.70 | 113.80 | 0.20 | 230.70 | 14.20 | 0.00 | 0.00 | 434 | 2008 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0.8 | 0.2 | 7.5 | 38.0 | 0.10 | 15.20 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 31.50 | 9.90 | 15.30 | 0.10 | 155.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | 2.8 | 3.6 | 14.9 | 94.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.23 | 3.62 | 16.28 | 0.34 | 22.11 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 370 | 29.2 | 22.2 | 47.0 | 510.9 | 0.22 | 16.24 | 0.07 | 1.69 | 0.06 | 0.34 | 371.36 | 46.37 | 370.72 | 1.43 | 576.01 | 16.32 | 0.03 | 0.02 | | |
| Всего за день: | | 59.9 | 56.9 | 178.3 | 1 480.4 | 0.53 | 45.18 | 1.21 | 7.45 | 0.39 | 0.91 | 833.73 | 163.83 | 946.45 | 7.26 | 1 831.53 | 125.87 | 0.39 | 0.03 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|----------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 4.1 | 4.1 | 9.3 | 90.8 | 0.05 | 0.08 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.05 | 109.02 | 6.54 | 71.70 | 0.30 | 27.12 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3 | 2012 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150 | 4.8 | 6.0 | 20.6 | 156.8 | 0.03 | 0.64 | 0.04 | 0.31 | 0.05 | 0.13 | 129.07 | 18.92 | 114.81 | 0.39 | 202.90 | 11.48 | 0.00 | 0.00 | 190 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 4.1 | 3.4 | 11.7 | 94.9 | 0.00 | 0.76 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.16 | 147.57 | 13.43 | 105.95 | 0.48 | 219.90 | 12.78 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 360 | 13.0 | 13.5 | 41.5 | 342.6 | 0.08 | 1.48 | 0.10 | 0.35 | 0.05 | 0.34 | 385.66 | 38.89 | 292.46 | 1.17 | 449.92 | 24.26 | 0.00 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 80 | 0.3 | 0.3 | 8.3 | 37.8 | 0.00 | 1.61 | 0.00 | 0.28 | 0.00 | 0.00 | 13.80 | 8.70 | 11.59 | 1.45 | 124.78 | 0.81 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 80 | 0.3 | 0.3 | 8.3 | 37.8 | 0.00 | 1.61 | 0.00 | 0.28 | 0.00 | 0.00 | 13.80 | 8.70 | 11.59 | 1.45 | 124.78 | 0.81 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 1.0 | 5.6 | 0.01 | 4.00 | 0.00 | 0.04 | 0.00 | 0.02 | 9.20 | 3.20 | 16.80 | 0.40 | 56.40 | 1.20 | 0.01 | 0.00 | | 2008 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/15 | 4.5 | 4.5 | 10.2 | 99.2 | 0.06 | 5.09 | 0.12 | 0.86 | 0.02 | 0.05 | 17.75 | 17.61 | 64.36 | 1.04 | 417.61 | 4.85 | 0.03 | 0.00 | 83 | 2012 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ | 150 | 19.9 | 22.7 | 23.6 | 378.6 | 0.17 | 12.00 | 0.32 | 4.19 | 0.00 | 0.20 | 36.19 | 48.67 | 228.22 | 3.57 | 1 124.7 ₄ | 14.79 | 0.11 | 0.00 | 133 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 1.1 | 0.1 | 15.2 | 66.6 | 0.02 | 0.34 | 0.12 | 0.00 | 0.00 | 0.03 | 36.53 | 21.23 | 27.59 | 0.60 | 361.18 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.3 | 74.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.77 | 6.25 | 28.38 | 1.21 | 49.06 | 1.93 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 541 | 28.1 | 27.6 | 65.4 | 624.3 | 0.26 | 21.43 | 0.56 | 5.81 | 0.02 | 0.30 | 105.44 | 96.96 | 365.35 | 6.82 | 2 008.9₉ | 22.77 | 0.16 | 0.00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 50 | 0.6 | 0.1 | 1.9 | 12.0 | 0.03 | 12.50 | 0.08 | 0.20 | 0.00 | 0.02 | 7.00 | 4.00 | 13.00 | 0.15 | 145.00 | 1.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 120 | 6.1 | 7.0 | 23.6 | 182.1 | 0.06 | 0.10 | 0.07 | 2.11 | 0.38 | 0.09 | 35.30 | 8.14 | 68.39 | 0.97 | 91.87 | 5.47 | 0.02 | 0.01 | 208 | 2012 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 158 | 0.2 | 0.0 | 10.0 | 41.8 | 0.02 | 0.93 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 10.37 | 3.75 | 4.84 | 0.42 | 22.43 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK№038 | |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 8.5 | 4.4 | 21.6 | 160.8 | 0.03 | 0.06 | 0.03 | 0.18 | 0.11 | 0.09 | 50.00 | 6.96 | 81.90 | 0.46 | 74.05 | 1.20 | 0.02 | 0.02 | 249 | 2014 |
| Итого за прием пищи: | 378 | 15.3 | 11.6 | 57.1 | 396.6 | 0.14 | 13.59 | 0.18 | 2.49 | 0.49 | 0.21 | 102.67 | 22.85 | 168.13 | 2.00 | 333.35 | 7.67 | 0.04 | 0.03 | | |
| Всего за день: | | 56.7 | 53.0 | 172.3 | 1 401.4 | 0.48 | 38.11 | 0.84 | 8.93 | 0.56 | 0.85 | 607.57 | 167.40 | 837.53 | 11.44 | 2 917.0₄ | 55.51 | 0.20 | 0.03 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (МСК), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|---------------|-------------|-------------|-------------|------------------|--|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | F, мг | Se, мг | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1.3 | 3.0 | 16.3 | 95.6 | 0.06 | 4.40 | 0.02 | 0.07 | 0.05 | 0.00 | 5.82 | 3.62 | 12.73 | 0.23 | 30.57 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2 | 2012 | |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 6.2 | 6.8 | 25.5 | 188.5 | 0.08 | 0.63 | 0.04 | 0.73 | 0.06 | 0.14 | 132.09 | 28.34 | 140.04 | 0.79 | 229.64 | 12.00 | 0.01 | 0.00 | 189 | 2008 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5.6 | 4.6 | 16.2 | 130.2 | 0.01 | 0.99 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.20 | 196.74 | 15.81 | 146.33 | 0.34 | 291.19 | 17.10 | 0.00 | 0.00 | | | |
| Итого за прием пищи: | 365 | 13.1 | 14.4 | 58.0 | 414.3 | 0.15 | 6.02 | 0.09 | 0.80 | 0.11 | 0.34 | 334.65 | 47.77 | 299.10 | 1.36 | 551.40 | 29.10 | 0.01 | 0.00 | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ (СОК ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 442 | 2008 | |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0.6 | 1.4 | 3.2 | 27.7 | 0.01 | 1.52 | 0.00 | 0.64 | 0.00 | 0.02 | 12.65 | 3.42 | 14.74 | 0.34 | 109.44 | 2.66 | 0.01 | 0.00 | 33 | 2012 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 150/10 | 4.2 | 1.7 | 18.3 | 106.0 | 0.14 | 2.66 | 0.15 | 1.47 | 0.00 | 0.05 | 24.01 | 18.36 | 51.96 | 1.18 | 282.32 | 2.50 | 0.01 | 0.00 | 81 | 2012 | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 10.4 | 2.8 | 4.6 | 85.0 | 0.06 | 0.23 | 0.04 | 0.69 | 0.16 | 0.06 | 18.34 | 17.43 | 125.21 | 0.47 | 213.88 | 79.45 | 0.37 | 0.01 | 263 | 2012 | |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 2.6 | 4.5 | 10.2 | 92.8 | 0.06 | 9.39 | 0.56 | 0.46 | 0.07 | 0.08 | 53.48 | 11.39 | 59.15 | 0.90 | 302.43 | 5.44 | 0.02 | 0.00 | 338 | 2008 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0.1 | 0.1 | 18.9 | 87.8 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 0.00 | 11.50 | 3.10 | 6.40 | 0.50 | 64.10 | 0.50 | 0.00 | 0.00 | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.3 | 73.4 | 0.07 | 0.00 | 0.00 | 0.79 | 0.00 | 0.03 | 6.48 | 6.84 | 31.32 | 1.44 | 48.96 | 2.02 | 0.00 | 0.00 | | | |
| Итого за прием пищи: | 566 | 20.2 | 10.9 | 70.5 | 472.7 | 0.34 | 14.70 | 0.75 | 4.15 | 0.23 | 0.24 | 126.46 | 60.54 | 288.78 | 4.83 | 1 021.13 | 92.57 | 0.41 | 0.01 | | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 10.7 | 8.7 | 8.9 | 156.5 | 0.06 | 0.00 | 0.01 | 0.31 | 0.01 | 0.07 | 10.93 | 15.90 | 101.89 | 1.63 | 194.47 | 3.64 | 0.02 | 0.00 | 282 | 2012 | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2.5 | 1.7 | 16.1 | 90.0 | 0.10 | 7.40 | 0.71 | 0.33 | 0.02 | 0.08 | 39.65 | 20.89 | 71.37 | 1.08 | 561.54 | 7.19 | 0.04 | 0.00 | 322 | 2012 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0.1 | 0.0 | 5.0 | 20.6 | 0.00 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 7.59 | 3.15 | 3.71 | 0.37 | 12.94 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | | |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2.6 | 1.2 | 17.9 | 91.3 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.93 | 4.03 | 20.41 | 0.35 | 32.08 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | | |
| Итого за прием пищи: | 370 | 15.8 | 11.5 | 48.0 | 358.3 | 0.16 | 7.42 | 0.72 | 0.64 | 0.03 | 0.16 | 64.10 | 43.97 | 197.38 | 3.43 | 801.03 | 10.83 | 0.06 | 0.00 | | | |
| Всего за день: | | 50.0 | 36.8 | 221.1 | 1 428.9 | 0.65 | 44.34 | 1.74 | 5.59 | 0.37 | 0.74 | 538.71 | 170.28 | 825.76 | 10.16 | 2 373.56 | 132.50 | 0.48 | 0.01 | | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021(15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1.6 | 8.8 | 10.4 | 127.2 | 0.06 | 0.00 | 0.07 | 0.22 | 0.15 | 0.02 | 5.00 | 2.60 | 14.90 | 0.22 | 19.90 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 1 | 2012 |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 40 | 1.2 | 2.1 | 2.4 | 32.4 | 0.00 | 1.86 | 0.00 | 1.20 | 0.00 | 0.00 | 7.58 | 7.58 | 21.55 | 0.27 | 40.70 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 10 | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 14.9 | 18.0 | 2.1 | 229.4 | 0.06 | 0.15 | 0.31 | 4.25 | 2.51 | 0.46 | 85.89 | 14.61 | 217.58 | 2.59 | 201.24 | 25.35 | 0.05 | 0.04 | 214 | 2008 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5.6 | 4.7 | 14.4 | 124.0 | 0.00 | 0.94 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.19 | 186.68 | 23.27 | 143.16 | 0.60 | 297.71 | 16.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 23.2 | 33.6 | 29.3 | 513.0 | 0.12 | 2.95 | 0.41 | 5.67 | 2.66 | 0.67 | 285.15 | 48.06 | 397.19 | 3.68 | 559.55 | 41.55 | 0.05 | 0.04 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 100 | 0.4 | 0.3 | 10.4 | 47.2 | 0.00 | 2.01 | 0.00 | 0.34 | 0.00 | 0.00 | 17.22 | 10.85 | 14.47 | 1.81 | 155.78 | 1.01 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0.4 | 0.3 | 10.4 | 47.2 | 0.00 | 2.01 | 0.00 | 0.34 | 0.00 | 0.00 | 17.22 | 10.85 | 14.47 | 1.81 | 155.78 | 1.01 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 40 | 0.3 | 0.0 | 3.2 | 33.0 | 0.00 | 1.10 | 0.40 | 1.00 | 0.00 | 0.00 | 12.20 | 8.60 | 12.20 | 0.60 | 91.30 | 1.50 | 0.00 | 0.00 | 40 | 2012 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3.4 | 3.6 | 10.0 | 88.2 | 0.07 | 4.02 | 0.13 | 0.69 | 0.00 | 0.05 | 21.13 | 15.13 | 57.26 | 0.82 | 330.65 | 3.85 | 0.02 | 0.00 | 76 | 2012 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 60 | 11.2 | 2.4 | 9.3 | 103.0 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 0.10 | 27.90 | 15.70 | 103.00 | 1.20 | 139.00 | 4.00 | 0.00 | 0.00 | 305 | 2012 |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ | 110 | 1.8 | 2.5 | 11.3 | 74.9 | 0.02 | 4.80 | 0.01 | 0.24 | 0.05 | 0.04 | 41.28 | 10.86 | 47.11 | 1.09 | 346.11 | 8.40 | 0.02 | 0.00 | 324 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0.5 | 0.1 | 17.6 | 73.9 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.02 | 20.69 | 8.94 | 23.22 | 0.54 | 166.61 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.4 | 74.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.76 | 6.24 | 28.32 | 1.20 | 48.96 | 1.92 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 561 | 19.6 | 8.9 | 66.8 | 447.4 | 0.12 | 10.32 | 0.54 | 2.75 | 0.05 | 0.21 | 128.96 | 65.47 | 271.11 | 5.45 | 1 122.63 | 19.67 | 0.04 | 0.00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 5.0 | 4.5 | 0.3 | 61.3 | 0.02 | 0.00 | 0.10 | 0.81 | 0.89 | 0.15 | 19.93 | 4.35 | 69.55 | 0.91 | 56.35 | 8.05 | 0.02 | 0.01 | 213 | 2008 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1.2 | 1.5 | 4.8 | 42.7 | 0.03 | 4.21 | 0.37 | 0.24 | 0.00 | 0.03 | 28.83 | 4.42 | 25.78 | 0.42 | 93.94 | 2.42 | 0.01 | 0.00 | 129 | 2008 |
| ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | 4.2 | 5.4 | 22.4 | 152.0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 7.80 | 5.40 | 24.30 | 0.50 | 33.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | 0.1 | 0.0 | 7.4 | 29.1 | 0.01 | 0.14 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 8.85 | 3.96 | 4.97 | 0.42 | 23.49 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 392 | 2012 |
| ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. | 100 | 2.8 | 2.5 | 4.5 | 56.5 | 0.00 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 102.00 | 11.20 | 76.00 | 0.00 | 146.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2.6 | 1.2 | 17.9 | 91.5 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.93 | 4.03 | 20.44 | 0.35 | 32.11 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TKN#004 | |
| Итого за прием пищи: | 485 | 15.9 | 15.1 | 57.2 | 433.1 | 0.06 | 4.65 | 0.47 | 1.05 | 0.89 | 0.29 | 173.34 | 33.36 | 221.04 | 2.60 | 384.89 | 10.47 | 0.03 | 0.01 | | |
| Всего за день: | | 59.1 | 58.0 | 163.7 | 1 440.7 | 0.30 | 19.93 | 1.42 | 9.81 | 3.60 | 1.17 | 604.67 | 157.74 | 903.81 | 13.54 | 2 222.85 | 72.70 | 0.12 | 0.05 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (МСК), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | К, мг | I, мкг | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 4.1 | 4.1 | 9.3 | 90.8 | 0.05 | 0.08 | 0.04 | 0.04 | 0.00 | 0.05 | 109.02 | 6.54 | 71.70 | 0.30 | 27.12 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3 | 2012 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 155 | 4.9 | 5.6 | 18.0 | 142.5 | 0.02 | 0.66 | 0.03 | 0.41 | 0.05 | 0.14 | 133.71 | 12.48 | 101.92 | 0.25 | 202.13 | 11.34 | 0.00 | 0.00 | 189 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 4.1 | 3.4 | 11.6 | 94.5 | 0.00 | 0.75 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.15 | 146.68 | 12.64 | 104.46 | 0.34 | 214.94 | 12.78 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 365 | 13.1 | 13.1 | 38.9 | 327.8 | 0.07 | 1.49 | 0.09 | 0.45 | 0.05 | 0.34 | 389.41 | 31.66 | 278.08 | 0.89 | 444.19 | 24.12 | 0.00 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ (СОК ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 1.0 | 5.6 | 0.00 | 1.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.30 | 5.00 | 15.10 | 0.40 | 56.40 | 1.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 4.1 | 5.0 | 11.5 | 109.4 | 0.07 | 6.34 | 0.15 | 0.80 | 0.00 | 0.07 | 23.39 | 18.46 | 64.03 | 0.91 | 441.09 | 5.05 | 0.04 | 0.00 | 77 | 2012 |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 50 | 14.8 | 6.7 | 1.8 | 143.7 | 0.17 | 11.32 | 5.20 | 1.28 | 0.18 | 1.26 | 16.20 | 14.41 | 219.78 | 4.78 | 282.44 | 6.85 | 0.14 | 0.02 | 34 | 2012 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2.4 | 6.7 | 13.1 | 128.1 | 0.08 | 9.27 | 0.35 | 0.31 | 0.09 | 0.07 | 38.18 | 13.67 | 53.16 | 0.92 | 382.97 | 5.26 | 0.02 | 0.00 | 344 | 2012 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 150 | 0.0 | 0.0 | 15.0 | 57.0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.70 | 1.50 | 3.20 | 0.00 | 0.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.4 | 0.3 | 15.3 | 73.4 | 0.07 | 0.00 | 0.00 | 0.79 | 0.00 | 0.03 | 6.48 | 6.84 | 31.32 | 1.44 | 48.96 | 2.02 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 591 | 23.9 | 18.7 | 57.7 | 517.2 | 0.39 | 28.53 | 5.70 | 3.18 | 0.27 | 1.43 | 101.25 | 59.88 | 386.59 | 8.45 | 1 212.46 | 20.38 | 0.20 | 0.02 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 80 | 18.7 | 13.3 | 13.8 | 254.3 | 0.02 | 0.20 | 0.05 | 1.95 | 0.05 | 0.20 | 146.33 | 12.28 | 195.71 | 0.66 | 134.61 | 0.60 | 0.02 | 0.02 | 237 | 2012 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4.4 | 3.0 | 7.3 | 74.2 | 0.10 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 161.20 | 17.70 | 113.80 | 0.20 | 230.70 | 14.20 | 0.00 | 0.00 | 434 | 2008 |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0.8 | 0.2 | 7.5 | 38.0 | 0.10 | 15.20 | 0.00 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 31.50 | 9.90 | 15.30 | 0.10 | 155.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3.5 | 2.9 | 28.5 | 154.2 | 0.04 | 0.00 | 0.01 | 0.28 | 0.06 | 0.01 | 7.73 | 5.11 | 28.76 | 0.34 | 43.81 | 0.70 | 0.01 | 0.01 | 467 | 2008 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.4 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 3.46 | 2.39 | 11.70 | 0.27 | 18.35 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK | |
| Итого за прием пищи: | 400 | 29.0 | 20.1 | 67.4 | 573.1 | 0.26 | 16.20 | 0.06 | 2.43 | 0.11 | 0.31 | 350.22 | 47.38 | 365.27 | 1.57 | 582.47 | 15.50 | 0.03 | 0.03 | | |
| Всего за день: | | 66.9 | 51.9 | 208.6 | 1 601.6 | 0.72 | 62.42 | 6.03 | 6.06 | 0.43 | 2.08 | 854.38 | 156.92 | 1 070.44 | 11.45 | 2 239.12 | 60.00 | 0.23 | 0.05 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | | |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|-----------------|---------------|-------------|------------------|---------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | | | F, мг | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1.3 | 3.0 | 16.3 | 95.6 | 0.06 | 4.40 | 0.02 | 0.07 | 0.05 | 0.00 | 5.82 | 3.62 | 12.73 | 0.23 | 30.57 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2 | 2012 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5.6 | 6.5 | 18.5 | 155.6 | 0.05 | 0.67 | 0.03 | 0.58 | 0.05 | 0.15 | 140.55 | 28.99 | 140.78 | 0.69 | 241.72 | 12.57 | 0.01 | 0.00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5.6 | 4.6 | 16.2 | 130.2 | 0.01 | 0.99 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.20 | 196.74 | 15.81 | 146.33 | 0.34 | 291.19 | 17.10 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 365 | 12.5 | 14.1 | 51.0 | 381.4 | 0.12 | 6.06 | 0.08 | 0.65 | 0.10 | 0.35 | 343.11 | 48.42 | 299.84 | 1.26 | 563.48 | 29.67 | 0.01 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 70 | 1.1 | 0.4 | 14.8 | 67.6 | 0.00 | 2.82 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.07 | 5.07 | 26.61 | 17.74 | 0.35 | 244.99 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 70 | 1.1 | 0.4 | 14.8 | 67.6 | 0.00 | 2.82 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.07 | 5.07 | 26.61 | 17.74 | 0.35 | 244.99 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 0.7 | 5.2 | 0.00 | 0.80 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.30 | 5.00 | 8.60 | 0.20 | 56.40 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3.2 | 4.4 | 7.7 | 85.8 | 0.03 | 5.16 | 0.18 | 1.06 | 0.00 | 0.06 | 30.29 | 10.98 | 45.53 | 0.87 | 259.13 | 4.73 | 0.01 | 0.00 | 57 | 2012 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 60 | 11.0 | 0.4 | 0.0 | 139.0 | 0.10 | 0.40 | 0.10 | 0.70 | 0.00 | 0.10 | 19.00 | 21.80 | 147.70 | 0.40 | 270.10 | 103.90 | 0.00 | 0.00 | 228 | 2008 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0.3 | 1.0 | 1.2 | 14.8 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.20 | 0.70 | 3.80 | 0.00 | 7.30 | 0.50 | 0.00 | 0.00 | 354 | 2012 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2.5 | 2.6 | 17.1 | 102.0 | 0.09 | 8.30 | 0.01 | 0.15 | 0.03 | 0.08 | 28.48 | 22.72 | 67.00 | 0.95 | 609.40 | 6.75 | 0.03 | 0.00 | 321 | 2012 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 158 | 0.1 | 0.0 | 7.1 | 29.0 | 0.00 | 0.90 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 9.51 | 3.20 | 3.61 | 0.33 | 18.04 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK№038 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.3 | 0.2 | 15.3 | 73.8 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.74 | 6.23 | 28.24 | 1.21 | 48.83 | 1.91 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 599 | 19.7 | 8.7 | 49.0 | 449.6 | 0.22 | 15.56 | 0.29 | 2.63 | 0.03 | 0.24 | 106.52 | 70.63 | 304.48 | 3.96 | 1 269.20 | 117.79 | 0.04 | 0.00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 15.2 | 15.8 | 13.1 | 163.7 | 0.00 | 20.57 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 306 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0.1 | 0.1 | 18.1 | 73.5 | 0.00 | 0.60 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 0.00 | 10.40 | 4.40 | 4.30 | 0.50 | 47.10 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | | |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 50 | 3.5 | 4.3 | 17.4 | 121.9 | 0.03 | 5.04 | 0.03 | 1.21 | 0.13 | 0.04 | 20.91 | 4.22 | 36.00 | 0.59 | 89.22 | 2.21 | 0.00 | 0.01 | 451 | 2008 |
| ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. | 100 | 2.8 | 2.5 | 4.5 | 56.5 | 0.00 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 102.00 | 11.20 | 76.00 | 0.00 | 146.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2.6 | 1.1 | 18.0 | 91.5 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.04 | 4.17 | 20.42 | 0.47 | 32.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK №004 | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 24.2 | 23.7 | 71.0 | 507.0 | 0.03 | 26.51 | 0.03 | 1.31 | 0.13 | 0.14 | 139.35 | 23.99 | 136.72 | 1.56 | 314.35 | 2.51 | 0.00 | 0.01 | | |
| Всего за день: | | 57.5 | 46.8 | 185.8 | 1 405.6 | 0.37 | 50.95 | 0.40 | 4.59 | 0.26 | 0.80 | 594.05 | 169.65 | 758.78 | 7.13 | 2 392.02 | 149.97 | 0.05 | 0.01 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (MSK), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | № рецептуры | Сборник рецептур | | |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|-------------|-----------------|--------------|-------------|------------------|-------|--------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | Р, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | | | F, мг | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1.6 | 8.8 | 10.4 | 127.2 | 0.06 | 0.00 | 0.07 | 0.22 | 0.15 | 0.02 | 5.00 | 2.60 | 14.90 | 0.22 | 19.90 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 1 | 2012 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5.2 | 5.8 | 25.4 | 175.2 | 0.02 | 0.67 | 0.03 | 0.17 | 0.05 | 0.14 | 135.39 | 20.80 | 124.73 | 0.32 | 211.94 | 11.93 | 0.01 | 0.00 | 189 | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 186 | 0.1 | 0.0 | 6.0 | 24.4 | 0.00 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.01 | 8.66 | 3.38 | 3.71 | 0.37 | 13.05 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 371 | 6.9 | 14.6 | 41.8 | 326.9 | 0.08 | 0.69 | 0.10 | 0.39 | 0.20 | 0.17 | 149.05 | 26.78 | 143.34 | 0.91 | 244.89 | 11.93 | 0.01 | 0.00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ (СОК ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 180 | 0.9 | 0.0 | 44.6 | 183.6 | 0.00 | 16.20 | 0.18 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 13.50 | 18.00 | 40.50 | 0.54 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0.6 | 2.3 | 3.2 | 36.5 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 1.00 | 0.00 | 0.00 | 0.80 | 0.50 | 0.90 | 0.00 | 6.90 | 0.20 | 0.00 | 0.00 | 33 | 2012 |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3.0 | 6.5 | 7.7 | 103.2 | 0.07 | 3.90 | 0.01 | 1.80 | 0.00 | 0.05 | 18.67 | 13.70 | 45.89 | 0.73 | 313.52 | 3.55 | 0.02 | 0.00 | 73 | 2012 |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 9.2 | 12.3 | 2.1 | 155.6 | 0.03 | 0.36 | 0.07 | 0.38 | 0.28 | 0.09 | 24.71 | 9.15 | 90.24 | 0.85 | 115.78 | 5.64 | 0.06 | 0.01 | 310 | 2012 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 120 | 3.5 | 3.5 | 22.6 | 136.5 | 0.05 | 0.00 | 0.02 | 0.78 | 0.06 | 0.01 | 8.69 | 4.91 | 26.97 | 0.61 | 41.25 | 0.50 | 0.01 | 0.01 | 205 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0.1 | 0.1 | 18.1 | 73.5 | 0.00 | 0.60 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 0.00 | 10.40 | 4.40 | 4.30 | 0.50 | 47.10 | 0.30 | 0.00 | 0.00 | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 36 | 2.5 | 0.3 | 15.4 | 74.5 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.72 | 0.00 | 0.00 | 5.77 | 6.25 | 28.38 | 1.21 | 49.06 | 1.93 | 0.00 | 0.00 | | |
| Итого за прием пищи: | 571 | 18.9 | 25.0 | 69.1 | 579.7 | 0.15 | 4.96 | 0.10 | 4.78 | 0.34 | 0.15 | 69.04 | 38.91 | 196.68 | 3.90 | 573.61 | 12.12 | 0.09 | 0.02 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0.3 | 0.0 | 1.0 | 5.6 | 0.00 | 1.60 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 8.30 | 5.00 | 15.10 | 0.40 | 56.40 | 1.20 | 0.00 | 0.00 | | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 12.9 | 12.2 | 13.5 | 214.9 | 0.11 | 6.83 | 0.01 | 0.50 | 0.04 | 0.11 | 16.69 | 28.86 | 140.28 | 2.16 | 679.50 | 8.76 | 0.05 | 0.00 | 276 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 1.0 | 0.1 | 14.2 | 62.1 | 0.02 | 0.30 | 0.11 | 0.00 | 0.00 | 0.03 | 33.65 | 19.34 | 24.97 | 0.55 | 326.84 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | | |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3.5 | 3.1 | 25.0 | 141.7 | 0.04 | 0.00 | 0.01 | 0.77 | 0.05 | 0.02 | 8.62 | 5.17 | 28.87 | 0.34 | 43.43 | 0.73 | 0.01 | 0.01 | 464 | 2008 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2.6 | 1.1 | 18.0 | 91.5 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.04 | 4.17 | 20.42 | 0.47 | 32.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | TK | |
| Итого за прием пищи: | 395 | 20.3 | 16.4 | 71.7 | 515.8 | 0.17 | 8.73 | 0.13 | 1.27 | 0.09 | 0.16 | 73.30 | 62.54 | 229.64 | 3.92 | 1 138.20 | 10.69 | 0.07 | 0.01 | | |
| Всего за день: | | 46.9 | 56.0 | 227.2 | 1 605.9 | 0.40 | 30.58 | 0.51 | 6.44 | 0.63 | 0.48 | 304.89 | 146.23 | 610.16 | 9.27 | 1 956.70 | 34.74 | 0.17 | 0.03 | | |

ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Лазовская Наталья Юрьевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ
23.12.2021 15:24 (МСК), Сертификат № 1397E600B3AD4AA14422C188351E7004

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|---------------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|--------|----------------------|----------|----------|--------|-----------|--------|-------|--------|
| | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | В1, мг | С, мг | А, мг | Е, мг | Д, мкг | В2, мг | Са, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг | K, мг | I, мкг | F, мг | Se, мг |
| Итого за весь период | 576,6 | 524,8 | 1940,6 | 14963,9 | 5.05 | 493.62 | 21.59 | 75.91 | 10.14 | 11.02 | 5 964.23 | 1 644.39 | 8 676.36 | 109.41 | 22 766.91 | 930.81 | 2.91 | 0.37 |
| Среднее значение за период | 57.7 | 52.5 | 194.1 | 1 496.4 | 0.51 | 49.36 | 2.16 | 7.59 | 1.01 | 1.10 | 596.42 | 164.44 | 867.64 | 10.94 | 2 276.69 | 93.08 | 0.29 | 0.04 |
| Содержание белков, жиров, углеводов в | 15.4 | 31.6 | 53.0 | | | | | | | | | | | | | | | |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | II Завтрак | Обед | Полдник |
|---------------|---------|------------|------|---------|
| Ясли 12 часов | 364 | 138 | 574 | 418 |