



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР
Катошина О Н/

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Сад 10,5 часов

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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,22	6,80	16,01	142,59	0,38
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	2,75	3,01	10,27	79,91	0,50
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		3,45	1,33	23,64	120,52	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
Итого			346	10,45	16,09	49,97	387,90	0,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	135	0,54	0,54	13,20	63,29	13,47
Итого			135	0,54	0,54	13,20	63,29	13,47
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И КЛЕЦКАМИ	180	4,17	6,80	16,36	143,17	4,42
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	138	7,57	16,71	16,51	254,28	14,35
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,71	0,36	17,38	83,62	0,00
Итого			539	14,45	23,87	57,99	512,03	18,77
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	83	6,96	8,78	1,16	111,50	0,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,02	0,00	6,82	27,33	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,95	0,75	13,36	68,12	0,00
Итого			263	8,93	9,53	21,34	206,95	0,09
Всего				34,37	50,03	142,50	1 170,17	33,21

ст медсестры

Мицатина М В