Утверждаю

Заведующий
МДОУ №5"Гнездышко" ЯМР
_____ /Катошина О Н/

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Сад 12 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	170	4,38	6,97	16,55	146,89	0,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	3,04	3,34	11,50	89,00	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,03	1,17	20,74	105,74	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,89	0,06	53,43	0,00
Итого			**417**	**10,49**	**17,37**	**48,85**	**395,06**	**0,96**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	140	0,56	0,56	13,71	65,77	13,99
Итого			**140**	**0,56**	**0,56**	**13,71**	**65,77**	**13,99**
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И КЛЕЦКАМИ	200	6,51	12,91	14,95	202,07	3,49
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	147	7,88	20,50	15,94	287,88	14,60
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,23	24,88	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,43	0,46	21,95	105,62	0,00
Итого			**599**	**17,82**	**33,87**	**59,07**	**620,45**	**18,09**
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	73	6,95	9,49	1,13	117,72	0,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01	0,00	6,60	26,43	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**273**	**8,84**	**10,22**	**20,58**	**209,65**	**0,09**
Ужин								
2012	139	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	99	2,99	8,54	20,71	171,71	8,16
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	19	0,56	0,04	1,17	7,21	0,74
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01	0,00	6,60	26,43	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,79	0,69	12,30	62,69	0,00
Итого			**318**	**5,35**	**9,27**	**40,78**	**268,04**	**8,90**
Всего				**43,06**	**71,29**	**182,99**	**1 558,97**	**42,03**

ст медсестры _____ Мищатина М В