



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР  
Катошина О Н/

# МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,91	6,89	13,67	132,57	0,40
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	130	3,67	10,65	26,30	215,53	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	150	2,29	2,51	7,59	62,74	0,42
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,71	0,05	42,74	0,00
<b>Итого</b>			<b>286</b>	<b>8,48</b>	<b>14,98</b>	<b>36,73</b>	<b>316,65</b>	<b>0,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,75	56,35	11,99
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>11,75</b>	<b>56,35</b>	<b>11,99</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ	150/30	3,53	6,38	11,90	119,27	2,78
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	127	6,82	17,36	13,88	246,04	12,65
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,14	0,28	13,73	66,04	0,00
<b>Итого</b>			<b>489</b>	<b>12,49</b>	<b>24,02</b>	<b>45,96</b>	<b>457,15</b>	<b>15,43</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	44	7,16	9,48	1,15	118,66	0,09
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С МЯСОМ (аллергики)	100	4,09	15,51	13,50	210,22	6,73
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,01	0,00	6,01	24,08	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,96	0,76	13,46	68,62	0,00
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>9,13</b>	<b>10,24</b>	<b>20,62</b>	<b>211,36</b>	<b>0,09</b>
<b>Всего</b>				<b>30,58</b>	<b>49,72</b>	<b>115,06</b>	<b>1 041,51</b>	<b>28,33</b>

ст медсестры

Мицатина М В