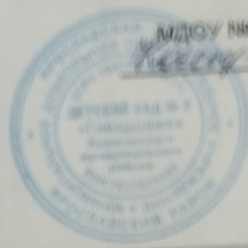


Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О.Н.



МЕНЮ
3 апреля 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Свар-ние рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-гическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,09	7,81	14,96	147,12	0,47
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	130	3,35	10,48	30,17	228,33	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,46	3,65	10,76	90,56	0,61
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	64	3,33	1,25	38,62	176,67	9,20
Итого			344	10,88	12,71	64,34	414,35	10,28
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	183	0,73	0,73	17,92	85,95	18,29
Итого			183	0,73	0,73	17,92	85,95	18,29
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	150	2,83	7,50	7,56	111,45	3,42
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (аллергики)	150	4,02	15,43	11,54	201,40	2,61
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,84	15,63	106,55	7,59
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	114	2,10	10,11	17,07	167,87	8,64
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	58	1,06	2,65	4,89	47,71	0,30
к/к	к/к	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,07	0,07	8,33	34,51	0,65
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,02	0,27	12,93	62,21	0,00
Итого			498	8,30	14,33	49,34	362,43	11,96
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	61	9,88	6,94	2,23	110,71	0,17
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,46	26,12	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,14	0,83	14,65	74,67	0,00
Итого			239	12,10	7,77	23,34	211,50	0,19
Всего				32,01	35,54	154,94	1 074,23	40,72

ст медсестры

Миццатина М В