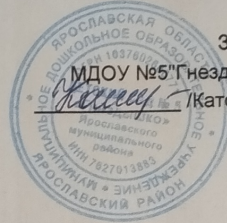


Утверждаю



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

МЕНЮ
4 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,36	6,98	17,06	148,83	0,56
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,62	4,84	14,95	123,07	0,81
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,05	7,59	0,07	68,82	0,00
Итого			379	9,03	19,41	32,08	340,72	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	0,95	0,19	18,81	81,70	3,80
Итого			190	0,95	0,19	18,81	81,70	3,80
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200	6,93	10,31	12,12	169,15	0,68
2007	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	66	10,29	10,37	7,55	165,01	1,90
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,38	1,18	1,49	21,82	0,01
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	1,50
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,37	0,16	12,60	60,27	49,28
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			526	18,57	24,32	36,96	452,75	53,37
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	69	8,98	9,59	16,22	187,49	0,19
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,01	0,00	14,94	59,77	0,00
Итого			269	8,99	9,59	31,16	247,26	0,19
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,57	15,85	2,03	189,23	0,17
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,38	0,16	12,02	58,27	51,04
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ	50	1,50	0,10	3,16	19,46	2,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			350	11,45	16,11	17,21	266,96	53,21
Итого				48,99	69,62	136,22	1 389,39	111,94

ст медсестры _____

Мицатина М В