

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

/Катошина О Н/

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ 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	130	3,84	7,77	13,89	141,22	0,52
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	130	3,67	10,65	26,30	215,53	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,51	3,64	10,26	88,70	0,61
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,83	0,05	43,83	0,00
Итого			286	7,38	16,24	24,20	273,75	1,13
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	150	4,93	5,96	7,25	102,32	0,51
2007	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	67	14,24	14,00	7,75	214,19	1,88
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ МЯСА (аллергики)	64	7,07	26,16	0,00	263,81	0,00
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,23	0,32	1,28	9,93	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	1,50
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,28	0,12	10,38	49,10	37,93
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			427	20,28	22,70	29,86	412,04	41,82
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	69	8,52	9,58	14,00	176,45	0,19
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	109	1,98	10,09	16,13	163,38	8,16
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	150	0,01	0,00	14,94	59,73	0,00
Итого			219	8,53	9,58	28,94	236,18	0,19
Всего				36,19	48,52	83,00	921,97	43,14

ст медсестры



Мищатина М В