

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О Н /



МЕНЮ
12 марта 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,32	7,72	17,76	158,13	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,16	4,35	12,90	108,49	0,73
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	73	3,66	1,38	43,43	197,98	10,66
Итого			413	12,14	13,45	74,09	464,60	11,91
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	161	0,79	0,16	15,78	67,20	1,29
Итого			161	0,79	0,16	15,78	67,20	1,29
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	3,36	7,71	10,32	127,06	5,74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	4,53	17,13	119,88	8,31
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68	10,94	13,30	6,09	187,61	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	174	0,01	0,00	12,81	51,28	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
Итого			579	19,28	25,86	61,89	560,62	14,05
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	69	9,96	7,48	37,27	255,82	0,04
		СНЕЖОК		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			69	9,96	7,48	37,27	255,82	0,04
Всего				42,17	46,95	189,03	1 348,24	27,29

ст медсестры

Мищатина М В