

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Полов / Катошина О Н/



МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Сад 12 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	170	4,53	6,72	18,20	151,66	0,56
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,55	4,81	14,70	121,47	0,81
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	61	3,04	1,14	35,87	163,66	8,75
Итого			431	12,12	12,67	68,77	436,79	10,12
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	205	0,99	0,19	20,05	85,38	1,64
Итого			205	0,99	0,19	20,05	85,38	1,64
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	6,14	12,64	11,17	186,74	6,41
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,15	4,71	21,34	140,86	10,36
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,03	11,17	6,24	169,37	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	183	0,01	0,00	14,80	59,23	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,06	0,41	19,61	94,33	0,00
Итого			648	23,39	28,93	73,16	650,53	16,77
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	71	10,05	5,14	39,67	244,87	0,04
		СНЕЖОК		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			71	10,05	5,14	39,67	244,87	0,04
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	99	2,29	4,09	10,29	88,36	20,18
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,89	28,02	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,53	63,85	0,00
Итого			323	4,24	4,80	29,71	180,23	20,20
Всего				50,79	51,73	231,36	1 597,80	48,77

ст медсестры *МВ* Мищатина М В