Утверждаю

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

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

Ясли 10,5 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	130	3,86	8,02	14,07	144,33	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,54	3,69	10,32	89,51	0,62
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,20	0,85	15,08	76,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,40	3,06	0,00	37,71	0,07
Итого			**326**	**12,03**	**21,12**	**39,52**	**398,27**	**1,21**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			**100**	**0,40**	**0,40**	**9,78**	**46,89**	**9,98**
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	150	7,42	8,39	7,27	134,24	0,63
2007	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	61	12,47	11,72	10,57	197,34	1,20
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	22	0,28	0,60	1,36	13,82	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,32	3,23	36,87	1,52
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,28	0,12	10,51	49,67	38,14
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			**451**	**22,91**	**23,40**	**44,81**	**489,05**	**41,49**
Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	80	11,05	10,88	17,93	214,23	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,46	4,93	7,24	92,34	0,82
Итого			**231**	**15,51**	**15,81**	**25,17**	**306,57**	**1,02**
Всего				**50,85**	**60,73**	**119,28**	**1 240,78**	**53,70**

ст медсестры _____ Мищатина М В