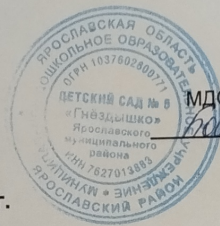


Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР
Катошина О.Н.



МЕНЮ
25 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	170	4,38	5,86	18,45	144,92	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	3,20	3,46	11,25	89,86	0,59
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,04	6,96	0,07	63,09	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,44	0,07
Итого			388	9,94	19,23	29,77	334,31	1,22
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	139	0,56	0,56	13,64	65,44	13,92
Итого			139	0,56	0,56	13,64	65,44	13,92
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И МЯСОМ	200	8,97	11,64	19,40	218,53	5,88
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	8,08	3,61	36,61	210,95	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	58	6,51	18,23	5,93	213,77	0,53
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,35	25,40	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,06	0,41	19,61	94,33	0,00
Итого			644	26,62	33,89	87,90	762,98	6,41
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	12,01	8,46	5,05	144,41	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,59	1,74	4,08	34,29	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	5,94	6,55	9,61	122,76	1,10
Итого			301	18,54	16,75	18,74	301,46	1,18
Ужин								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	130	6,52	9,83	30,21	236,02	0,02
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,56	2,64	2,29	35,33	2,08
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД	200	0,00	0,00	6,04	24,18	0,00
Итого			360	7,08	12,47	38,54	295,53	2,10
Всего				62,74	82,90	188,59	1 759,72	24,83

ст медсестры _____

Мицатина М В