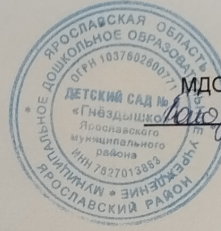


Утверждаю

Заведующий

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



МЕНЮ
25 марта 2024 г.

Если 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	130	3,60	7,02	14,25	135,27	0,47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	150	2,46	2,59	8,19	66,60	0,46
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	114	8,57	3,31	58,74	299,43	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,12	0,04	37,37	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,00	35,34	0,07
Итого			409	16,90	19,90	81,22	574,01	1,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	109	0,44	0,44	10,72	51,40	10,94
Итого			109	0,44	0,44	10,72	51,40	10,94
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И МЯСОМ	150	5,47	5,50	14,63	130,38	4,42
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,31	2,79	28,56	164,34	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	58	8,10	23,00	5,91	263,04	0,53
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,23	24,88	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,94	0,26	12,41	59,73	0,00
Итого			497	21,82	31,55	67,74	642,37	4,95
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	9	8,60	6,11	4,18	105,96	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,59	1,63	3,75	32,01	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,24	4,68	6,87	87,72	0,78
Итого			190	13,43	12,42	14,80	225,69	0,86
Всего				52,59	64,31	174,48	1 493,47	17,75

ст медсестры _____

Мицатина М В