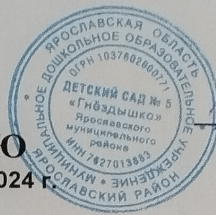


Утверждаю

Заведующий

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



МЕНЮ
26 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	3,81	7,87	13,68	141,18	0,51
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	130	3,35	10,48	30,17	228,33	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,38	3,60	9,31	84,02	0,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29	3,39	1,28	39,28	179,78	9,33
Итого			309	10,58	12,75	62,27	404,98	10,44
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	20,99	95,94	9,99
Итого			100	1,50	0,50	20,99	95,94	9,99
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	3,27	8,11	8,33	122,90	4,81
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И МЯСОМ (аллергики)	150	3,13	12,82	11,46	173,94	4,81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,99	15,65	108,13	7,61
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	52	9,47	11,18	5,57	160,68	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (аллергики)	45	5,44	20,95	4,99	230,35	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	36	0,58	1,84	2,78	29,97	9,75
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	143	0,00	0,00	9,30	37,14	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,91	0,25	12,25	58,92	0,00
Итого			520	17,54	25,37	53,88	517,74	22,17
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	57	8,13	3,84	33,95	202,82	0,04
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (аллергики)	85	5,74	20,11	39,04	359,90	0,00
		СНЕЖОК		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			57	8,13	3,84	33,95	202,82	0,04
Всего				37,75	42,46	171,09	1 221,48	42,64

ст медсестры _____

Мищатина М В