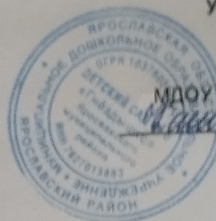


Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
28 марта 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,74	10,12	14,84	166,00	0,43
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,41	3,46	12,09	94,04	0,58
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	3,32	1,28	22,76	116,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,89	0,06	53,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>381</b>	<b>10,51</b>	<b>20,75</b>	<b>49,75</b>	<b>429,47</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	151	0,74	0,15	14,83	63,16	1,21
<b>Итого</b>			<b>151</b>	<b>0,74</b>	<b>0,15</b>	<b>14,83</b>	<b>63,16</b>	<b>1,21</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	5,70	18,23	8,95	227,76	9,94
2012	133	КАРТОФЕЛЬ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	130	8,38	20,03	23,18	306,83	9,97
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	41	0,61	2,35	3,26	37,23	1,53
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	173	0,01	0,00	12,63	50,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,74	0,36	17,56	84,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>17,44</b>	<b>40,97</b>	<b>65,58</b>	<b>706,82</b>	<b>21,44</b>
<b>Полдник</b>								
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	49	1,20	1,86	6,28	46,89	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,19	0,00	7,37	30,84	0,59
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		1,93	0,75	13,21	67,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>229</b>	<b>3,32</b>	<b>2,61</b>	<b>26,86</b>	<b>145,09</b>	<b>0,66</b>
<b>Всего</b>				<b>32,01</b>	<b>64,48</b>	<b>157,02</b>	<b>1 344,54</b>	<b>24,32</b>

ст медсестры

Мицатина М В