



Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

29 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	149	5,36	9,81	17,10	179,27	0,72
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	3,88	15,72	0,01
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,29	0,89	15,71	80,06	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,03	5,50	0,05	49,86	0,00
Итого			337	7,74	16,20	36,74	324,91	0,73
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,74	56,32	11,98
Итого			120	0,48	0,48	11,74	56,32	11,98
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	150	4,24	8,87	9,39	134,65	4,61
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	94	14,06	6,43	12,33	178,43	10,12
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	20	0,27	0,79	1,26	13,35	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,60	34,41	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
Итого			447	20,78	16,38	45,71	428,83	14,73
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	59	3,79	2,22	25,36	136,41	2,16
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,46	0,18	15,65	74,80	61,11
Итого			209	4,25	2,40	41,01	211,21	63,27
Всего				33,25	35,46	135,20	1 021,27	90,71

ст медсестры

Мищатина М В