



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О.Н./

МЕНЮ

23 октября 2024 г.

Сад 12 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	180	3,99	6,70	12,50	127,02	0,54
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	195	5,39	5,71	14,62	133,09	0,91
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,92	1,13	19,99	101,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,03	3,86	0,00	47,61	0,09
Итого			437	15,38	25,65	47,19	484,41	1,54
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	115	1,73	0,58	24,25	110,88	11,55
Итого			115	1,73	0,58	24,25	110,88	11,55
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,01	3,03	13,21	112,47	6,65
2012	304	ПЛОВ ИЗ МЯСА	141	7,41	18,33	18,42	268,51	0,41
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,35	0,06	1,20	7,59	7,91
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ИЗДЕЛИЯМИ	56	3,68	0,49	23,55	113,31	0,00
Итого			629	19,45	21,91	63,65	530,91	14,97
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	83	9,85	9,48	21,57	214,95	0,43
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	194	5,74	6,33	9,31	118,83	1,06
Итого			277	15,59	15,81	30,88	333,78	1,49
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	101	1,80	5,46	14,08	112,87	7,01
2008	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД	200	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008	376	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
Итого			324	3,55	6,14	40,59	232,05	7,01
Всего			376	55,70	70,09	206,56	1 692,03	36,56

И.О. старшей медсестры

Исаченко Я.С.