

Утверждаю



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

МЕНЮ

23 октября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,29	5,73	10,39	106,92	0,45
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	147	4,08	4,31	10,22	97,30	0,68
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,21	0,85	15,15	77,22	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,21	0,05	47,24	0,00
Итого			332	9,61	16,10	35,81	328,68	1,13
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	116	1,74	0,58	24,29	111,05	11,57
Итого			116	1,74	0,58	24,29	111,05	11,57
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	6,34	2,47	12,62	98,17	6,36
2012	304	ПЛОВ ИЗ МЯСА	122	6,34	14,81	16,07	223,07	0,38
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,63	26,47	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,18	7,44	7,75
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,30	0,31	14,73	70,85	0,00
Итого			488	15,32	17,65	51,23	426,00	14,49
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	65	7,79	7,26	16,10	163,70	0,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,31	4,75	6,98	89,13	0,80
Итого			211	12,10	12,01	23,08	252,83	1,14
Всего				38,77	46,34	134,41	1 118,56	28,33

И.О. старшей медсестры Исаченко Я.С.

2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,63	26,47	0,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,18	7,44	7,75
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,30	0,31	14,73	70,85	0,00
Итого			488	15,32	17,65	51,23	426,00	14,49
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	65	7,79	7,26	16,10	163,70	0,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,31	4,75	6,98	89,13	0,80
Итого			211	12,10	12,01	23,08	252,83	1,14
Всего				38,77	46,34	134,41	1 118,56	28,33

И.О. старшей медсестры Исаченко Я.С.