

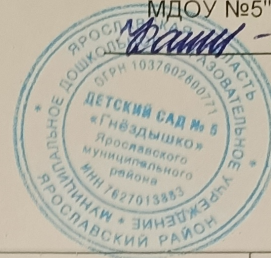
Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

/Катошина О Н/

МЕНЮ
3 сентября 2024 г.
Сад 12 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	4,99	6,78	18,32	155,06	0,53
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,53	5,88	14,99	136,69	0,94
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,05	7,59	0,07	68,82	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,06	3,89	0,00	48,01	0,09
Итого			392	13,63	24,14	33,38	408,58	1,56
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	0,95	0,19	18,81	81,70	3,80
Итого			190	0,95	0,19	18,81	81,70	3,80
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200	1,92	5,26	12,11	103,74	0,48
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	116	9,79	17,18	7,90	226,00	11,81
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,57	1,89	2,07	33,36	0,02
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД	200	0,00	0,00	7,35	29,41	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			546	12,28	24,33	29,43	392,51	12,31
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	61	13,07	9,44	32,58	267,30	0,06
		СНЕЖОК	152	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			213	13,07	9,44	32,58	267,30	0,06
Ужин								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	100	2,19	6,96	13,36	125,49	6,12
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,83	27,77	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			330	2,55	6,99	20,70	157,16	7,64
Всего				42,48	65,09	134,90	1 307,25	25,37

ст медсестры Мицатина М В Мицатина М В