



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР
Катошина О Н

МЕНЮ

4 сентября 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,89	7,90	14,22	144,28	0,47
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,49	3,63	10,25	88,54	0,61
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	49	2,92	1,11	28,28	133,64	4,80
Итого			329	10,30	12,64	52,75	366,46	5,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	135	0,54	0,54	13,20	63,29	13,47
Итого			135	0,54	0,54	13,20	63,29	13,47
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	150	3,24	7,44	11,25	126,77	4,72
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	4,09	15,63	108,93	7,59
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,04	2,63	4,70	46,90	0,32
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,74	4,17	2,98
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			530	8,83	14,45	51,82	375,05	15,61
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,66	6,83	2,22	108,75	0,17
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,16	0,00	6,19	26,23	0,78
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			235	11,70	7,56	21,26	200,48	0,95
Всего				31,37	35,19	139,03	1 005,28	35,91

ст медсестры

Мицатина М В

Мицатина М В