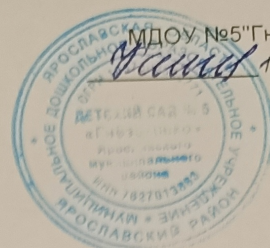


Утверждаю

Заведующий  
МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР  
Катошина О Н



**МЕНЮ**  
5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,36	6,98	17,06	148,83	0,56
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,62	4,84	14,95	123,07	0,81
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
<b>Итого</b>			<b>392</b>	<b>12,09</b>	<b>23,30</b>	<b>32,08</b>	<b>388,73</b>	<b>1,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	190	0,95	0,19	18,81	81,70	3,80
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>0,95</b>	<b>0,19</b>	<b>18,81</b>	<b>81,70</b>	<b>3,80</b>
<b>Обед</b>								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	201	5,54	14,54	7,82	190,42	3,72
2007	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	70	11,15	11,02	8,13	176,56	1,98
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,38	1,18	1,49	21,82	0,01
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,37	0,16	12,60	60,27	49,28
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>17,44</b>	<b>26,90</b>	<b>30,04</b>	<b>449,07</b>	<b>54,99</b>
<b>Полдник</b>								
2012	320	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	1,53	3,27	9,87	75,46	4,42
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,01	0,00	14,94	59,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>1,54</b>	<b>3,27</b>	<b>24,81</b>	<b>135,23</b>	<b>4,42</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,57	15,85	2,03	189,23	0,17
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,38	0,16	12,02	58,27	51,04
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>9,95</b>	<b>16,01</b>	<b>14,05</b>	<b>247,50</b>	<b>51,21</b>
<b>Всего</b>				<b>41,97</b>	<b>69,67</b>	<b>119,79</b>	<b>1 302,23</b>	<b>115,88</b>

ст медсестры Мицатина М В Мицатина М В