Утверждаю

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

МЕНЮ

10 сентября 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								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,36	6,91	16,94	147,84	0,56
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,64	4,84	14,95	123,22	0,81
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	12	0,07	0,01	8,75	34,08	4,80
Итого			**382**	**9,07**	**11,76**	**40,64**	**305,14**	**6,17**
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	190	0,92	0,18	18,61	79,25	1,52
2008		ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			**230**	**3,28**	**2,06**	**48,61**	**225,65**	**1,52**
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	6,10	12,67	11,05	186,23	6,41
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,22	21,32	145,27	10,36
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,12	10,97	0,00	138,95	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	200	0,01	0,00	15,01	60,03	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**640**	**19,63**	**28,89**	**48,13**	**534,68**	**19,77**
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	9,82	5,15	39,59	243,54	0,04
		СНЕЖОК	138	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**208**	**9,82**	**5,15**	**39,59**	**243,54**	**0,04**
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	100	2,37	4,05	10,32	88,33	21,40
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,69	27,25	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**300**	**2,49**	**4,05**	**17,01**	**115,58**	**21,42**
Всего				**44,29**	**51,91**	**193,98**	**1 424,59**	**48,92**

ст медсестры _____ Мищатина М В