

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О Н/

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ 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	130	3,84	7,57	14,09	140,24	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,48	3,64	9,81	86,83	0,61
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	11	0,07	0,01	8,62	33,56	4,73
Итого			291	7,39	11,22	32,52	260,63	5,86
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			240	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	3,27	7,70	8,60	120,37	4,84
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	3,81	15,70	106,71	7,62
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	52	8,64	10,96	0,00	133,02	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,76	4,26	3,04
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	151	0,01	0,00	10,30	41,18	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			493	14,49	22,50	35,36	405,54	15,50
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	8,55	4,72	34,13	212,94	0,04
		СНЕЖОК	145	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			205	8,55	4,72	34,13	212,94	0,04
Всего				32,79	40,32	132,01	1 025,51	21,40

ст медсестры

Мицатина

Мицатина М В