

Утверждаю

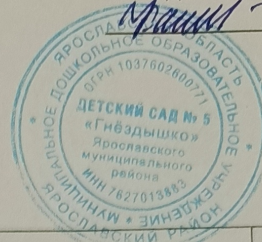
Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

/Катошина О Н/

МЕНЮ
11 сентября 2024 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,27	5,13	10,33	101,22	0,46
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	158	4,32	4,59	12,13	108,42	0,74
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	130,99	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,89	0,06	53,41	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,91	3,70	0,00	45,65	0,09
Итого			378	14,29	20,76	48,22	439,69	1,29
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	147	0,72	0,15	14,41	61,37	1,18
Итого			147	0,72	0,15	14,41	61,37	1,18
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	7,06	5,17	11,47	120,83	5,75
2012	304	ПЛОВ ИЗ МЯСА	130	6,95	17,93	17,41	259,09	0,40
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,55	9,77	10,18
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,74	0,36	17,56	84,50	0,00
Итого			572	17,20	23,54	56,28	507,35	16,33
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	102	14,03	12,60	23,28	266,85	0,43
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	174	5,14	5,67	8,33	106,42	0,95
Итого			276	19,17	18,27	31,61	373,27	1,38
Всего				51,38	62,72	150,52	1 381,68	20,18

ст медсестры

Мицатина

Мицатина М В