

Утверждаю

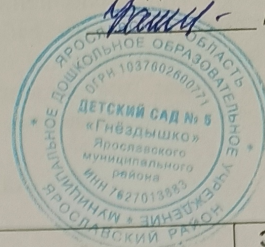
Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

/Катошина О Н/

МЕНЮ
11 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		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,82	5,64	10,79	110,07	0,55
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	176	5,00	5,24	14,05	124,92	0,82
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	3,23	1,25	22,17	112,99	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,05	7,73	0,07	70,10	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,00	3,82	0,00	47,14	0,09
Итого			421	15,10	23,68	47,08	465,22	1,46
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	187	0,90	0,18	18,27	77,81	1,49
Итого			187	0,90	0,18	18,27	77,81	1,49
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	7,82	2,92	11,70	104,70	5,88
2012	304	ПЛОВ ИЗ МЯСА	140	7,39	18,35	18,33	268,22	0,41
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,19	7,49
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,57	30,23	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	3,37	0,45	21,59	103,89	0,00
Итого			621	18,91	21,78	60,33	514,23	13,78
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	93	11,77	10,57	22,91	238,33	0,41
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	174	5,14	5,67	8,33	106,42	0,95
Итого			267	16,91	16,24	31,24	344,75	1,36
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	93	1,60	5,44	12,44	105,39	6,20
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД	188	0,00	0,00	6,65	26,60	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,76	13,49	68,77	0,00
Итого			307	3,57	6,20	32,58	200,76	6,20
Всего				55,39	68,08	189,50	1 602,77	24,29

ст медсестры

Мицатина

Мицатина М В