



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О.Н./

# МЕНЮ

25 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	109	8,17	18,88	2,17	211,48	0,19
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,92	1,13	19,99	101,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,04	7,10	0,07	64,41	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	196	0,06	0,00	12,76	51,20	0,01
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>11,19</b>	<b>27,11</b>	<b>34,99</b>	<b>428,98</b>	<b>0,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	0,97	0,19	19,64	83,61	3,89
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>0,97</b>	<b>0,19</b>	<b>19,64</b>	<b>83,61</b>	<b>3,89</b>
<b>Обед</b>								
		КУРИНЫЙ БУЛЬОН С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	201	9,77	10,38	17,98	204,59	0,90
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	141	18,09	7,48	15,78	222,11	13,04
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	18	0,26	0,73	1,17	12,40	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,00	0,40	19,19	92,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>605</b>	<b>31,12</b>	<b>18,99</b>	<b>61,39</b>	<b>560,48</b>	<b>13,94</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	6,32	1,84	40,84	204,92	2,19
		КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	203	0,00	0,00	3,23	12,79	0,02
<b>Итого</b>			<b>263</b>	<b>6,32</b>	<b>1,84</b>	<b>44,07</b>	<b>217,71</b>	<b>2,21</b>
<b>Ужин</b>								
2012	320	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	102	1,48	3,67	9,56	77,61	4,26
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,30	0,00	0,70	5,20	2,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,85	60,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>3,58</b>	<b>4,34</b>	<b>28,70</b>	<b>169,82</b>	<b>6,27</b>
<b>Всего</b>				<b>53,18</b>	<b>52,47</b>	<b>188,79</b>	<b>1 460,60</b>	<b>26,51</b>

И.О. старшей медсестры Исаченко Я.С. Исаченко Я.С.