



Утверждаю

Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

Катошина О.Н./

# МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	108	8,05	18,78	2,16	209,99	0,19
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,37	8,79	30,05	212,70	0,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,17	0,84	14,88	75,84	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,78	0,05	43,30	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	151	0,03	0,00	9,75	39,08	0,01
<b>Итого</b>			<b>294</b>	<b>10,28</b>	<b>24,40</b>	<b>26,84</b>	<b>368,21</b>	<b>0,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
		КУРИНЫЙ БУЛЬОН С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	151	7,27	7,92	13,52	154,69	0,69
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	111	16,50	8,17	12,69	205,07	10,23
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	188	18,26	25,99	20,69	389,80	10,99
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	18	0,26	0,73	1,17	12,41	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,63	26,47	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,88	0,25	12,05	57,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>458</b>	<b>25,91</b>	<b>17,07</b>	<b>46,06</b>	<b>456,61</b>	<b>10,92</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	61	3,98	2,15	25,32	136,52	2,20
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,29	0,13	10,82	51,12	39,37
<b>Итого</b>			<b>211</b>	<b>4,27</b>	<b>2,28</b>	<b>36,14</b>	<b>187,64</b>	<b>41,57</b>
<b>Всего</b>				<b>40,46</b>	<b>43,75</b>	<b>109,04</b>	<b>1 012,46</b>	<b>52,69</b>

И.О. старшей медсестры Исаченко Я.С.