

Утверждаю.
Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»
Н.А. Григорьева
11.01.2021г

Меню-Раскладка

День 8

26.04.2023 г.

Выход, г	Пищевые вещества, г										Энергетическая ценность (калорий - Ность блюда)		Вит «С»	№ рецепта	№ технолог. Карты
	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг			
	Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг									
Завтрак 8:30-9:00	150	200	4,76	6,35	6,38	8,51	16,4	21,86	140,25	187,0	1,46	1,95	№93	№39	
Каша «Геркулес» молочная Вязкая с маслом	180	200	2,85	3,17	2,41	2,68	14,36	15,95	91,0	101,1	1,17	1,3	№395	№33	
Кофейный напиток на молоке	20/5 /10	30/5 /15	4,33	6,29	6,82	8,40	12,13	16,96	127,33	168,66	0,07	0,11	№ 3	№78	
Бутерброд с сыром	365	450	11,94	15,81	15,6	19,59	42,89	54,77	413,35	456,76	2,7	3,36			
Фрукты. Бананы	95	100	1,42	1,50	0,48	0,50	19,95	21,0	90,25	95,0	9,5	10,0	№398	№47	
Завтрак 10:30-11:00	150	200	5,54	7,39	4,3	5,79	9,63	12,84	99,75	133,0	4,74	6,32	№159	№11	
Суп картофельный с Рыбными консервами	130	150	13,15	15,17	13,5	15,6	10,15	11,71	214,53	247,54	4,45	5,34	№379	№16	
Жаркое по-домашнему с курицей	30	50	1,5	2,5	0,06	0,1	2,5	4,2	16,5	27,5	3,0	5,0	№29	№88	
Кукуруза консервированная	150	180	0,12	0,18	0,12	0,18	11,92	15,9	45,0	60,0	4,95	6,6	№240	№32	
Напиток из свежей груши	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	№122	№74	
Хлеб пшеничный	20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	№123	№75	
Хлеб ржаной	500	640	23,15	29,5	18,42	20,44	50,72	69,43	457,58	590,74	16,77	22,18			
Булочка «Веснушка»	50	70	4,05	5,67	3,21	4,49	29,72	41,60	163,87	229,4	-	-	№573	№67	
Кисломолочный продукт. (Ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,0	7,2	75,0	90,0	1,05	1,26	№251	№49	
Итого за День	200	250	8,4	10,89	6,96	8,99	35,72	48,88	238,87	319,4	1,05	1,26			
	1160	1440	44,91	57,7	41,46	49,52	149,28	194,08	1200,05	1461,9	30,02	36,8			