

Меню-Раскладка

День 5

19.04.2024 г.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка» с.Новые Параты

Н.А.Григорьева

Утверждаю

11.01.2021 г.

	Выход, г		Пищевые вещества, г										Энергетическая ценность (калорийность блюда)		Вит «С»		№ рецепта	№ тех-нолог карт
	Ясли	Сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад		
			Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад										
Завтрак 8:30-9:00	Каша «Дружба» молочная	150	200	3,95	5,27	8,48	11,31	17,08	22,69	130,5	180,28	0,98	1,33	№260	№41			
	Жидкая с маслом	180	200	0,40	0,44	0,10	0,11	25,4	28,22	71,7	88,0	0,98	1,3	№395	№33			
	Бутерброд с маслом	20/ 10	30 /10	2,34	3,12	5,68	7,57	14,68	19,57	80,13	93,23	-	-	№1	№77			
	Фрукты. Бананы	95	100	6,69	8,83	14,26	18,99	57,16	70,48	282,33	361,4	1,96	2,63	№398	№47			
2 завтрак 10:30-11:00																		
Обед 12:30-13:00	Рассолышник «Ленинградский»	150/	200/	1,29	1,72	3,52	4,69	7,71	10,28	76,5	102,0	7,11	9,48	№142	№4			
	С мясом со сметаной	7	11	0,18	0,28	1,4	2,2	0,25	0,39	14,28	22,44	0,04	0,06	№488				
	Тефтели рыбные	50	70	6,9	9,66	4,13	5,78	8,85	12,39	122,03	144,04	0,18	0,25	№255	№58			
	Картофельное пюре с маслом	110	130	2,24	2,65	3,52	4,16	14,96	17,68	114,65	118,95	13,7	16,2	№321	№14			
	Куклуруза консервированная	30	50	1,5	2,5	0,06	0,1	2,5	4,2	16,5	26,5	3,0	5,0	№244	№88			
	Компот из сухофруктов	150	180	0,33	0,4	0,01	0,02	20,82	25,0	64,8	91,7	0,3	0,4	№508	№27			
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	№122	№74			
	Хлеб ржаной	20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	№123	№75			
Полдник 15:00	Кондитерские изделия (печенье)	50	70	3,75	5,25	4,9	6,86	37,2	52,08	126,5	184,3	-	-	№604	№71			
	Кофейный напиток на молоке	150	180	2,64	3,17	7,92	9,5	9,17	11,0	86	91	0,98	1,3	№251	№49			
	Итого за день	1192	1491	30,38	40,22	40,06	53,4	195,09	249,23	1075,64	1360,03	36,77	45,26					

