

Меню-Раскладка

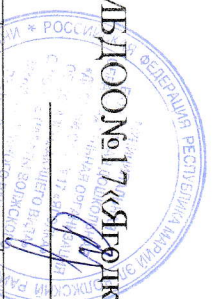
День 10

29.12.2023 г.



Утверждаю.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка» с. Новые Параты
Н.А. Григорьева
11.01.2021г



| | Выход, г | Пищевые вещества, г | | | | | | Энергетическая ценность (калорийность в блюде) | | Вит«С» | | № рецепта | № тех-нол. карты | | |
|------------------------|---|---------------------|-------|----------|---------|-------------|-------|--|--------|---------|---------|-----------|------------------|------|-----|
| | | Ясли | Сад | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Ясли | Сад | Ясли | Сад | | | | | |
| Завтрак 8:30-9:00 | Каша «Дружба» молочная с маслом | 150 | 200 | 3,95 | 5,27 | 8,48 | 11,37 | 17,08 | 22,69 | 130,5 | 180,28 | 0,99 | 1,32 | №260 | №41 |
| | Кисель из ягод | 180 | 200 | - | - | - | - | 22,27 | 24,74 | 80,13 | 97,23 | 0,52 | 0,58 | №425 | №37 |
| | Бутерброд с маслом | 20/10 | 30/10 | 2,34 | 3,12 | 5,68 | 7,57 | 14,68 | 19,57 | 71,7 | 86,0 | - | - | № 2 | №79 |
| | | 360 | 440 | 6,29 | 8,39 | 14,16 | 18,94 | 54,03 | 67,0 | 282,33 | 363,51 | 1,04 | 1,9 | | |
| Завтрак 10:30-11:00 | Фрукты. Апельсин | 95 | 100 | 0,57 | 0,60 | 0,13 | 0,14 | 14,25 | 15,0 | 62,7 | 66,0 | 0,38 | 0,40 | №368 | №47 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 150 | 200 | 1,61 | 2,14 | 1,70 | 2,26 | 10,29 | 13,72 | 118,5 | 155,67 | 4,95 | 5,94 | №82 | №12 |
| Обед 12:30-13:00 | Рыба тушёная с овощами | 50 | 70 | 4,78 | 6,7 | 2,52 | 3,52 | 21,65 | 30,31 | 100,63 | 121,88 | 1,98 | 2,77 | №144 | №56 |
| | 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 |
| | Горошек консервированный | 30 | 50 | 0,84 | 1,4 | 0,69 | 1,2 | 1,09 | 1,8 | 10,6 | 18,0 | - | - | №244 | №87 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 0,33 | 0,4 | 0,01 | 0,02 | 20,82 | 25,0 | 64,8 | 81,7 | 0,3 | 0,4 | №508 | №27 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,76 | 47,0 | 80,5 | - | - | №122 | №74 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 30 | 1,32 | 1,98 | 0,24 | 0,36 | 6,68 | 10,02 | 34,8 | 53,2 | - | - | №123 | №75 |
| | | 530 | 690 | 12,64 | 17,55 | 8,84 | 11,76 | 85,33 | 113,29 | 490,98 | 629,9 | 20,93 | 25,31 | | |
| Полдник 15:00 | Кондитерские изделия. Пряники | 50 | 70 | 2,95 | 2,35 | 2,35 | 3,3 | 37,5 | 52,5 | 131,4 | 178,8 | - | - | №603 | №72 |
| | Молоко кипячёное | 150 | 180 | 4,4 | 5,28 | 3,8 | 4,56 | 7,2 | 8,64 | 79,5 | 95,4 | 2,0 | 2,4 | №534 | №49 |
| | | 200 | 250 | 7,35 | 7,63 | 6,15 | 7,86 | 44,7 | 61,14 | 210,9 | 274,2 | 2,0 | 2,4 | | |
| | Итого за день | 1185 | 1480 | 26,85 | 34,17 | 29,28 | 38,7 | 198,31 | 256,43 | 1046,91 | 1343,61 | 24,35 | 30,01 | | |