

Меню-Раскладка

**День 8**

22.05.2024 г.

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



|                        | Выход, г                              |      | Пищевые вещества, г |         |             |       |       |        | Энергетическая ценность (калорийность) (ккал/100г) |         | Вит«С»  |       | № рецепта | № тех-нолог. карты |     |
|------------------------|---------------------------------------|------|---------------------|---------|-------------|-------|-------|--------|--|---------|---------|-------|-----------|--------------------|-----|
|                        | Ясли                                  | Сад  | Белки, г            | Жиры, г | Углеводы, г | Ясли  | Сад   | Ясли   | Сад  | Ясли    | Сад     |       |           |                    |     |
| Завтрак<br>8:30-9:00   | Каша «Геркулес» молочная              | 150  | 200                 | 4,76    | 6,35        | 6,38  | 8,51  | 16,4   | 21,86  | 128,5   | 157,0   | 1,46  | 1,95      | №93                | №39 |
|                        | Вязкая с маслом                       | 180  | 200                 | 2,85    | 3,17        | 2,41  | 2,68  | 14,36  | 15,95  | 71,0    | 96,0    | 1,17  | 1,3       | №395               | №33 |
|                        | Кофейный напиток на молоке            | 20/5 | 30/5                | 4,33    | 6,29        | 6,82  | 8,40  | 12,13  | 16,96  | 80,6    | 105,6   | 0,07  | 0,11      | № 3                | №78 |
|                        | Бутерброд с сыром                     | /10  | /15                 | 11,94   | 15,81       | 15,6  | 19,59 | 42,89  | 54,77  | 280,1   | 358,6   | 2,7   | 3,36      |                    |     |
| Завтрак<br>10:30-11:00 | 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 |
| Обед<br>12:30-13:00    | Суп картофельный с рыбными консервами | 150  | 200                 | 5,54    | 7,39        | 4,3   | 5,79  | 9,63   | 12,84  | 116,75  | 146,0   | 4,74  | 6,32      | №159               | №11 |
|                        | Жаркое по-домашнему с курицей         | 130  | 150                 | 13,15   | 15,17       | 13,5  | 15,6  | 10,15  | 11,71  | 225,54  | 265,54  | 4,45  | 5,34      | №379               | №16 |
|                        | Кукруза консервированная              | 30   | 50                  | 1,5     | 2,5         | 0,06  | 0,1   | 2,5    | 4,2  | 16,5    | 31,5    | 3,0   | 5,0       | №29                | №88 |
|                        | Напиток из свежей груши               | 150  | 180                 | 0,12    | 0,18        | 0,12  | 0,18  | 11,92  | 15,9   | 50,0    | 60,6    | 4,95  | 6,6       | №240               | №32 |
|                        | 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 |
|                        | Булочка «Веснушка»                    | 500  | 640                 | 23,15   | 29,5        | 18,42 | 20,44 | 50,72  | 69,43  | 490,59  | 626,34  | 16,77 | 22,18     |                    |     |
| Подник<br>15:00        | 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  | 211,4   | 272,3   | 1,05  | 1,26      |                    |     |
|                        |                                       | 1160 | 1440                | 44,91   | 57,7        | 41,46 | 49,52 | 149,28 | 194,08   | 1072,34 | 1352,24 | 30,02 | 36,8      |                    |     |