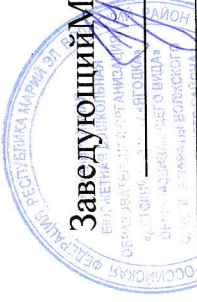


Утверждаю.

Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»

Н.А. Григорьева

11.01.2021г



Меню-Раскладка

День 6

13.03.2023

	Выход, г		Пищевые вещества, г										Энергетическая ценность (калорийность) блюда		Вит «С»	№ рецепта	№ тех-нолог. карт	
	Ясли	Саг	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	6,0	8,0	6,6	8,8	25,8	34,4	183,0	244,0	1,32	1,76	0,02	0,03	1,32	1,76	№168	№46
	180	200	0,08	0,1	-	-	13,5	15,0	50,0	60,0	0,02	0,03	0,02	0,03	0,02	0,03	№493	№23
	20	30	1,5	2,25	0,6	0,9	11,48	17,22	52,4	78,6	-	-	-	-	-	-	№125	№76
	10	10	0,04	0,04	4,12	4,12	0,04	0,04	37,4	37,40	-	-	-	-	-	-	№111	№81
	360	440	7,62	10,39	11,32	13,82	50,82	66,7	322,8	420,0	1,34	1,79	3,0	3,6	1,34	1,79	№399	№48
Завтрак 10:30-11:00	150	180	0,75	0,90	0,15	0,18	15,2	18,2	61,38	81,8	0,3	0,4	0,3	0,4	0,3	0,4	№86	№8
Обед 12:30-13:00	130	150	9,88	11,4	9,88	11,4	23,49	27,1	222,2	256,4	0,78	0,9	0,78	0,9	0,78	0,9	№411	№18
	30	50	0,49	0,81	1,27	2,12	3,6	6,0	24,13	40,22	2,61	4,36	2,61	4,36	2,61	4,36	№89	№29
	150	180	0,34	0,41	0,04	0,05	23,58	28,3	97,5	117,0	20,0	24,0	-	-	20,0	24,0	№240	№74
	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	47,0	70,5	-	-	-	-	-	-	№122	№75
	20	30	1,32	1,98	0,24	0,36	6,68	10,02	34,8	52,2	-	-	-	-	-	-	№123	№75
	500	640	14,88	18,65	14,63	18,22	74,34	95,72	487,01	618,12	23,69	29,66	23,69	29,66	23,69	29,66	№557,7	№66,82
Полдник 15:00	50	70	5,57	7,93	7,09	7,62	29,25	41,5	215,6	280,8	0,98	1,3	0,98	1,3	0,98	1,3	№557,7	№66,82
	150	180	4,35	3,75	4,5	6,0	5,84	7,2	75,0	90,0	1,05	1,26	1,05	1,26	1,05	1,26	№251	№49
Итого за день	200	250	9,92	11,68	11,59	13,62	35,09	48,7	290,6	370,8	2,03	2,56	2,03	2,56	2,03	2,56		
	1210	1510	33,17	41,62	37,69	45,84	175,45	229,32	1169,4	1491,7	30,06	37,61	30,06	37,61	30,06	37,61		