

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



Меню-Раскладка

День 7

15.03.2023

| | Выход, г | | Пищевые вещества, г | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккалорийность блюда) | | Вит «С» | | № рецепта | №тех-нолог. Карты |
|--------------------------------|-----------|------------|---------------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---|--------------|--------------|-----|-----------|-------------------|
| | Ясли | Сад | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад | | |
| | | | Ясли | Сад | Ясли | Сад | Ясли | Сад | | | | | | | | |
| Завтрак 8:30-9:00 | 150 | 200 | 5,24 | 6,98 | 7,82 | 10,42 | 18,75 | 25,0 | 166,78 | 222,38 | - | - | №681 | №15 | | |
| | 20 | 20 | 2,5 | 2,5 | 2,3 | 2,3 | 0,15 | 0,15 | 31,5 | 31,5 | - | - | №424 | №83 | | |
| | 20 | 30 | 1,5 | 2,25 | 0,6 | 0,9 | 11,48 | 17,22 | 52,4 | 78,6 | - | - | №125 | №76 | | |
| | 180 | 200 | 3,78 | 4,2 | 3,26 | 3,6 | 15,55 | 17,3 | 106,8 | 118,7 | 0,54 | 0,6 | №397 | №35 | | |
| | 370 | 450 | 13,02 | 15,93 | 13,98 | 17,22 | 45,93 | 59,67 | 357,48 | 451,18 | 0,54 | 0,6 | | | | |
| 2завтрак 10:30-11:00 | 95 | 100 | 0,36 | 0,40 | 0,29 | 0,30 | 9,79 | 10,30 | 43,7 | 46,0 | 4,75 | 5,0 | №368 | №47 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед 12:30-13:00 | 150/ 7 | 200/ 11 | 4,38 0,18 | 5,84 0,28 | 3,41 1,4 | 4,56 2,2 | 10,19 0,25 | 13,59 0,39 | 89,1 14,28 | 118,8 22,44 | 7,39 0,04 | 9,85 0,06 | №83, №121 | №10 | | |
| | 50 | 70 | 6,41 | 8,98 | 6,78 | 9,49 | 5,22 | 7,31 | 107,54 | 150,5 | 0,56 | 0,79 | №174 | №54 | | |
| | 110 | 130 | 2,38 | 2,82 | 3,58 | 4,24 | 10,37 | 12,26 | 83,22 | 98,35 | 18,13 | 21,42 | №134 | №22 | | |
| | 30 | 50 | 0,84 | 1,4 | 0,69 | 1,2 | 1,09 | 1,8 | 15,6 | 26,0 | - | - | №244 | №87 | | |
| | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 11,92 | 14,3 | 45,0 | 54,0 | 4,95 | 5,94 | №254 | №31 | | |
| | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,76 | 47,0 | 70,5 | - | - | №122 | №74 | | |
| | 20 | 30 | 1,32 | 1,98 | 0,24 | 0,36 | 6,68 | 10,02 | 34,8 | 52,2 | - | - | №123 | №75 | | |
| | 537 | 701 | 17,15 | 23,72 | 16,38 | 22,43 | 55,56 | 74,43 | 436,54 | 592,79 | 31,07 | 38,06 | | | | |
| | 130 | 150 | 3,44 | 4,3 | 3,15 | 3,94 | 10,35 | 12,94 | 85,88 | 107,35 | 0,54 | 0,68 | №180 | №60 | | |
| | 150 | 180 | 0,67 | 0,89 | 0,05 | 0,06 | 21,44 | 28,58 | 88,8 | 118,4 | 0,37 | 0,49 | №380 | №30 | | |
| 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,76 | 47,0 | 70,5 | - | - | №122 | №74 | | | |
| 300 | 360 | 5,63 | 7,47 | 3,36 | 4,24 | 41,63 | 56,28 | 221,68 | 296,25 | 0,91 | 1,17 | | | | | |
| 1302 | 1611 | 36,16 | 47,52 | 34,01 | 44,19 | 152,91 | 200,68 | 1059,4 | 1386,22 | 37,27 | 44,83 | | | | | |
| Итого за день | | | | | | | | | | | | | | | | |