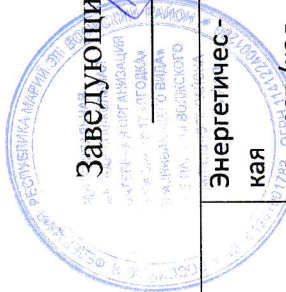


Утверждаю.  
Заведующий МБДОУ №17 «Ягодка»  
Н.А. Григорьева  
11.01.2021г



Меню-Раскладка

**День 9**

16.03.2023

	Выход, г		Пищевые вещества, г								Энергетическая ценность (калорийность блюда)		Вит «С»		№ рецепта	№ тех-нолог. карты
	Ясли	Саг	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг		
			Ясли	Саг	Ясли	Саг	Ясли	Саг								
<b>Завтрак 8:30-9:00</b>	150	200	3,61	4,8	3,88	5,17	12,39	16,52	100,62	134,16	0,68	0,91	№235	№45		
	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	0,08	0,1	-	-	13,5	15,0	50,0	60,0	0,02	0,03	№493	№23		
	370	450	7,69	9,65	6,78	8,37	37,52	48,89	234,52	304,26	0,7	0,94				
<b>Завтрак 10:30-11:00</b>	95	100	0,38	0,40	0,38	0,40	9,31	9,8	41,8	44,0	9,5	10,0	№368	№47		
<b>Обед 12:30-13:00</b>	150/7	200/11	1,45/0,18	2,0/0,28	4,46/1,4	5,95/2,2	8,97/0,25	11,96/0,39	81,78/14,28	109,04/22,44	6,01/0,04	8,01/0,06	№160	№9		
	50	70	8,43	11,81	9,08	12,7	3,34	4,68	129,4	181,18	0,03	0,05	№309	№55		
	110	130	12,88	15,2	5,84	6,90	28,18	33,3	200,1	236,5	-	-	№161	№17		
	30	50	1,5	2,5	0,06	0,01	2,5	4,1	16,5	27,5	-	-	№29	№92		
	150	180	0,34	0,45	0,08	0,1	25,5	30,6	103,95	124,7	9,68	11,6	№374	№26		
	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	27,62	36,5	21,32	28,36	85,26	109,8	627,81	824,06	15,76	19,72				
<b>Полдник 15:00</b>	130	150	17,68	20,42	13,8	16,0	19,02	21,95	271,7	313,5	1,7	2,01	№240	№63		
	150	180	0,33	0,40	0,08	0,1	21,16	25,4	84,8	101,7	-	-	№376	№28		
	280	330	18,01	20,82	13,9	16,1	40,18	47,35	356,5	415,2	1,7	2,01				
	1282	1581	53,7	67,37	42,38	53,23	172,27	215,84	1260,63	1587,52	27,66	32,67				