DN: cn=Григорьева Наталья Александровна, o=МБДОО №17 "Ягодка", ou=c. Новые Параты, email=17_yagodka@mail.ru, c=RU
Дата: 2023.03.20 08:41:12 +03'00'

Утверждаю.
Заведующий МБДОО№17«Ягодка»
_____Н.А.Григорьева
11.01.2021г.

Меню-Раскладка

День1

20.03.2023

		Выход,г		Пищевыевещества,г						Энергетическая ценность(калорийностьблюда)		Вит«С»,мг		№ рецепта	№технологкарты
		Ясли	Сад	Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Ясли	Сад	Ясли	Сад		
				Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад						
Завтрак 8:30-9:00	**Каша пшённая молочная Жидкая с маслом**	**150**	**200**	5,77	7,79	7,42	9,90	26,93	35,91	200,18	266,9	1,09	1,46	№282	№38
	Чай с сахаром	**180**	**200**	0,08	0,1	-	-	13,5	15,0	50,0	60,0	0,02	0,03	№493	№23
	Батон нарезной	**20**	**30**	1,5	2,25	0,6	0,9	11,48	17,22	52,4	78,6	-	-	№125	№76
	Масло порционное	**10**	**10**	0,04	0,04	4,12	4,12	0,04	0,04	37,40	37,40	-	-	№111	№81
		360	**430**	**7,39**	**10,18**	**12,4**	**14,92**	**51,95**	**68,17**	**339,9**	**442,9**	**1,11**	**1,49**		
2завтрак 10:30-11:00	**Сокф руктовый**	**150**	**180**	**0,75**	**0,9**	**0,15**	**0,18**	**15.2**	**18,2**	**69,0**	**82,8**	**3,0**	**3,6**	№50	№48
Обед 12:00-13:00	**Борщ с мясом со сметаной**	**150 /7**	**200/ 11**	1,28 0,18	1,71 0,28	4,4 1,4	5,87 2,2	6,63 0,25	8,84 0,39	71,28 14,28	95,04 22,44	6,22 0,04	8,29 0,06	№133 № 488	№ 3
	Гуляш из отварного мяса с овощами	**50**	**70**	8,0	11,2	8,17	11,43	1,82	2,54	125,5	175,7	0,65	0,91	№367	№50
	Макароны отварные с маслом	**110**	**130**	5,12	6,05	5,94	7,02	22,94	27,12	168,5	199,13	-	-	№ 49	№13
	Горошек консервированный	**30**	**50**	0,84	1,4	0,69	1,2	1,09	1,8	15,6	26,0	-	-	№244	№87
	Напиток из апельсина	**150**	**180**	0,34	0,45	0,08	0,1	25,5	34,0	103,95	124,74	9,68	12,9	№374	№26
	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
		537	**701**	**18,6**	**25,35**	**21,08**	**28,42**	**74,75**	**99,47**	**580,91**	**765,75**	**16,59**	**22,16**		
Полдник 15:30	**Пирожки с яблоками**	**50**	**70**	3,08	4,31	1,5	2,11	19,75	27,64	114,5	160,35	1,19	1,67	№65,	№65
	Кисель	**150**	**180**	-	-	-	-	18,56	22,27	74,21	89,06	0,44	0,52	№425	№37
		200	**250**	**3,08**	**4,31**	**1,5**	**2,11**	**38,31**	**49,91**	**188,7**	**249,41**	**1,63**	**2,19**		
	Итого за день	**1247**	**1561**	**29,82**	**40,74**	**35,16**	**45,63**	**180,21**	**235,75**	**1178,5**	**1540,8**	**22,33**	**29,44**		